



MUNICÍPIO DE ANSIÃO

PISCINA MUNICIPAL

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO E SERVIÇOS

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO	
Segunda e Quinta-feira	09h30 - 13h30
	15h30 - 21h15
Terça, Quarta e Sexta-feira	07h35 - 13h30
	15h30 - 21h15
Sábado	08h50 - 13h00

Serviços				Descrição	Mensalidade/ preços	Notas
Natação	Iniciação	Pinguins		Atividade predominantemente lúdica e de interação familiar, com o objetivo de conduzir o bebé à familiarização com o meio aquático. Dos 6 meses até aos 3 anos.	1 aula por semana – 25,24 €	Inscrição – 6,88 €; Renovação – 6,88 €;
		Golfinhos	1	Aulas que visam a autonomia do individuo no meio aquático. Golfinhos - dos 3 até aos 7 anos. Focas - dos 7 até aos 14 anos. AMA>14 - dos 14 até aos 18 anos. AMA>18 – para maiores de 18 anos.	Menores de 14 anos: 1 aula por semana – 15,49 € 2 aulas por semana – 22,95 € Maiores de 14 anos: 1 aula por semana – 17,78 € 2 aulas por semana – 24,67 €	Descontos; 2 Inscrições do mesmo agregado familiar - 20% desconto; 3 Inscrições do mesmo agregado familiar - 30% desconto; 4 Inscrições do mesmo agregado familiar - 40% desconto; Pagamento antecipado trimestral - 10% de desconto + um mês gratuito noutra atividade; Pagamento antecipado semestral -20% de desconto + um mês gratuito noutra atividade; Pagamento antecipado anual - 25% de desconto + um mês gratuito noutra atividade;
			2			
		Focas	1			
			2			
		AMA>14				
	AMA>18					
	Aperfeiçoamento	Tubarões	1	Aprendizagem das técnicas de nado, desde a formação técnica básica até ao aperfeiçoamento e orientação desportiva. Tubarões - a partir dos 7 anos.		Inscrição em mais que um serviço - 20% de desconto;
			2			
			3			
NPA		NPA (natação para adultos) - para maiores de 18 anos.				
Pré-competição			Incrementar e estimular a prática da natação desportiva, com vista à participação em competições.	1 aula por semana – 15,49 € 2 ou + aulas por semana – 22,95 €	Recomendação presencial (para o utente e para o novo inscrito) – 50% de desconto;	
Hidroginástica	Hidroginástica		Realização de diversos exercícios, numa zona “com pé” e acompanhados por música. De intensidade moderada a elevada. Atividade para maiores de 14 anos.	1 aula por semana – 17,78 € 2 aulas por semana – 24,67 €	Escalão 1 atribuído pela Ação Social do Município - 50% desconto; Escalão 2 atribuído pela Ação Social do Município - 30% desconto;	
				Aulas avulso – 5,16 €		
	Hidrosoft		Realização de exercícios, de intensidade baixa a moderada, numa zona “com pé” e acompanhados por ritmos musicais.	1 aula por semana – 17,78 € 2 aulas por semana – 24,67 €		
ACT	Aqua Cross Training		Aulas desafiantes que levam todos os praticantes a testar os seus próprios limites, conjuga natação com vários exercícios aquáticos e terrestres, de intensidade elevada, promovendo o desenvolvimento físico geral.	1 aula por semana – 17,78 € 2 aulas por semana – 24,67 €	- Na inscrição de 2 sessões semanais, oferta de prática de ACT (se considerado apto em avaliação de aptidão)	
MTA	Mobilização terapêutica aquática		Sessões com fisioterapeuta para ajudar a atenuar ou debelar problemas físicos.	2 sessões por semana – 36,71 €	Prazo de pagamento - dia 10 de cada mês;	
Regime livre	Regime Livre, por um período máximo de 90 minutos.	Menores de 10 anos apenas podem aceder; quando acompanhadas por um adulto.	Utilização livre.	Não inscritos, em qualquer horário ou plano – 5,74 €	Pacote 10 (carregamento de 10€) -10% desconto; Pacote 20 (carregamento de 20€) - 20% desconto; Pacote 30 (carregamento de 30€) - 30% desconto;	
			Utilização livre.	Inscritos: Menores de 14 e maiores de 65 anos – 1,38 € Dos 14 aos 64 anos– 1,72 €		
	Época de Verão		Utilização livre mais prolongada.	– Inscrito – 1,84 € – Não inscrito - 2,29 €	De 15 de Junho a 14 de agosto; Dias úteis das 10h00 às 13h00 e das 15h30 às 17h30; Sábado das 8h50 às 13h00.	

Piscina Municipal de Ansião Horário de funcionamento e serviços PMA.CG.9	1/1	Elaborado por: Leonardo Freire
		Aprovado por:
		Revisto em: 02/01/2025, Marta Cruz

