

## ACADEMIA

### SÓCIO

7x por semana | horário livre | **R\$ 144,68**

### NÃO SÓCIO

Segunda a sexta | horário livre | **R\$ 197,76**

#### Horários:

**Segunda a sexta:** 6h15 às 21h

**Sábado, domingo e feriado:** 9h às 12h

\*Domingo e feriado - apenas sócios

## PILATES

### SÓCIO

2x por semana | **R\$ 371,65**

3x por semana | **R\$ 451,29**

4x por semana | **R\$ 504,39**

### NÃO SÓCIO

2x por semana | **R\$ 390,23**

3x por semana | **R\$ 491,11**

4x por semana | **R\$ 570,76**

**Duração:** 50min

#### Horários:

**2ª a 5ª:** 6h10, 7h, 8h, 9h, 10h, 11h, 12h, 15h, 16h, 17h, 18h e 19h

**6ª:** 6h10, 7h, 8h, 9h, 10h, 11h, 15h, 16h e 17h

**MATRÍCULA** - R\$ 70,00

**AVALIAÇÃO** - R\$ 80,00

**CARTEIRA DO CLUBE (PARA NÃO SÓCIOS)** - R\$ 10,00

#### MAIS INFORMAÇÕES:

(31) 3223.2611 | (31) 9 9775.4891

APENAS WHATSAPP

## INICIAÇÃO ESPORTIVA COM NATAÇÃO

**SÓCIO** R\$ 329,12

**NÃO SÓCIO** R\$ 460,77

**Duração:** 1h30 - 2x por semana

### TURMAS E HORÁRIOS:

- **4 e 5 anos:** 3ª e 5ª - 8h | 4ª e 6ª - 8h ou 16h
- **6 e 7 anos:** 4ª e 6ª - 14h30
- **6 a 8 anos:** 3ª e 5ª - 9h30 | 4ª e 6ª - 9h30
- **8 anos :** 4ª e 6ª - 15h
- **9 a 12 anos :** 3ª e 5ª - 8h | 4ª e 6ª - 8h ou 16h30

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

## INICIAÇÃO ESPORTIVA SEM NATAÇÃO

**SÓCIO** R\$ 263,30

**NÃO SÓCIO** R\$ 368,61

**Duração:** 1h - 2x por semana

### TURMAS E HORÁRIOS:

- **4 e 5 anos:** 3ª e 5ª - 8h | 4ª e 6ª - 8h ou 16h
- **6 a 8 anos:** 3ª e 5ª - 9h30 | 4ª e 6ª - 9h30 ou 15h
- **9 a 12 anos :** 3ª e 5ª - 8h | 4ª e 6ª - 8h ou 16h30

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

## VÔLEI DE PRAIA

A partir de 13 anos

1 vez na semana

**SÓCIO** R\$ 184,30

**NÃO SÓCIO** R\$ 211,82

2 vezes na semana

**SÓCIO** R\$ 239,36

**NÃO SÓCIO** R\$ 353,05

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

**Duração:** 1h

### TURMAS E HORÁRIOS:

3ª e 5ª - 8h ou 9h

## VÔLEI

**SÓCIO** R\$ 197,47

**NÃO SÓCIO** R\$ 289,62

**Duração:** 1h - 2x por semana

### TURMAS E HORÁRIOS:

- **Iniciante (9 a 12 anos):** 2ª e 4ª - 18h | 3ª e 5ª - 8h, 9h ou 17h
- **Intermediária (+13 anos):** 2ª e 4ª - 17h | 3ª e 5ª - 18h
- **Avançada (+13 anos):** 2ª e 4ª - 19h30

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

## FUTSAL

**SÓCIO** R\$ 193,88

**NÃO SÓCIO** R\$ 245,34

**Duração:** 1h - 2x por semana

### TURMAS E HORÁRIOS:

- **5 a 7 anos:** 3ª e 5ª - 8h ou 15h
- **8 a 11 anos:** 3ª e 5ª - 9h ou 16h | 4ª e 6ª - 08h
- **12 a 15 anos:** 3ª e 5ª - 10h ou 17h

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

## BEACH TENNIS

A partir de 12 anos

1 vez na semana

**SÓCIO** R\$ 256,69

**NÃO SÓCIO** R\$ 317,15

2 vezes na semana

**SÓCIO** R\$ 409,57

**NÃO SÓCIO** R\$ 536,21

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

**DURAÇÃO:** 50 min

### TURMAS E HORÁRIOS:

**2ª e 4ª** - 7h, 8h, 9h, 10h, 17h, 18h e 19h  
**3ª e 5ª** - 7h, 17h, 18h e 19h  
**6ª** - 7h, 8h, 9h e 10h



# NATAÇÃO

INFANTIL - INDIVIDUAL

2 vezes na semana

**SÓCIO** 20 min R\$ 406,92

**NÃO SÓCIO** 20 min R\$ 895,22

INFANTIL - GRUPO

2 vezes na semana

**SÓCIO** 30 min - R\$ 290,82

**NÃO SÓCIO** 30 min - R\$ 840,16

## TURMAS E HORÁRIOS:

2<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup>, 4<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup>

Múltiplas turmas de 8h às 11h e de 14h às 17h.

Turma e horário são definidos conforme disponibilidade e após avaliação.

ADOLESCENTE - 10 a 16 anos

2 vezes na semana - 45 min

**SÓCIO** R\$ 372,20

**NÃO SÓCIO** R\$ 530,19

## TURMAS E HORÁRIOS:

2<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup> - 14h15

3<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> - 14h30

ADULTO

2 vezes na semana - 45 min

**SÓCIO** R\$ 290,82

**NÃO SÓCIO** R\$ 406,92

4 vezes na semana - 45 min

**SÓCIO** R\$ 372,20

**NÃO SÓCIO** R\$ 530,19

## TURMAS E HORÁRIOS:

2<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup> - 7h, 7h45, 11h,  
11h45 e 19h15

3<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> - 7h, 7h45, 7h55,  
11h, 11h45, 18h30 e 19h15

Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150

## HIDROGINÁSTICA

2 vezes na semana - 45 min

**SÓCIO**

R\$ 197,47

**NÃO SÓCIO**

R\$ 263,30

4 vezes na semana - 45 min

**SÓCIO**

R\$ 329,12

**NÃO SÓCIO**

R\$ 460,77

### TURMAS E HORÁRIOS:

3ª e 5ª - 7h30, 8h15 e 11h

4ª e 6ª - 7h30 e 8h15

**Matrícula sócio: R\$100 | Matrícula não sócio: R\$150**

# ESPAÇO MULTIUSO

## KUNG-FU

A partir de 6 anos

**SÓCIO**

R\$ 250,13

**NÃO SÓCIO**

R\$ 289,62

**Duração: 1h - 2x por semana**

3ª e 5ª - 18h, 19h ou 20h

**Matrícula sócio: R\$100**

**Matrícula não sócio: R\$150**

## YOGA

**SÓCIO**

R\$ 320,75

**NÃO SÓCIO**

R\$ 458,22

2ª e 4ª - 12h às 13h

3ª e 6ª - 7h30 às 08h30

**Matrícula sócio: R\$100**

**Matrícula não sócio: R\$150**

## JUDÔ

A partir de 2 anos

**SÓCIO**

R\$ 261,81

**NÃO SÓCIO**

R\$ 305,48

**Duração: 1h - 2x por semana**

**Infantil:** 3ª e 5ª - 8h, 9h, 14h ou 15h

**Adulto:** 3ª e 5ª - 10h

**Matrícula sócio: R\$100**

**Matrícula não sócio: R\$150**

## JIU-JITSU

2 vezes na semana

**SÓCIO**

R\$ 283,66

**NÃO SÓCIO**

R\$ 327,30

**Juvenil e adulto (1h):**

2ª, 4ª e 6ª - 19h30 ou 20h30

**Kids:**

3 a 7 anos (45 min) - 2ª e 4ª - 18h

8 a 11 anos (45 min) - 2ª e 4ª - 18h45

**Matrícula sócio: R\$100**

**Matrícula não sócio: R\$150**