

## Viver em Movimento 2023/2024

Clube de Atividades de Lazer e Manutenção (CALMA)



### INÍCIO DO ANO LETIVO

1 de setembro de 2023

### FINAL DO ANO LETIVO

30 de junho de 2024

### INTERRUPÇÕES

NATAL - 24 de dezembro de 2023

FIM DE ANO - 31 de dezembro de 2023

Todos os feriados

### NATAÇÃO | ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO | ATIVIDADES AQUÁTICAS | HIDRODEEP | HIDROBALANCE | HIDROFUNCIONAL | HIDROPOWER | HIDROBIKE

Mensalidade para uma aula por semana > 16,00 €

Mensalidade para duas aulas por semana > 24,00 €

Mensalidade para três aulas por semana > 36,00 €

### HIDROGINÁSTICA

Mensalidade para uma aula por semana > 11,00 €

Mensalidade para duas aulas por semana > 20,00 €

Mensalidade para três aulas por semana > 27,00 €

### HIDROCINESIO

Mensalidade para uma aula por semana > 20,00 €

Mensalidade para duas aulas por semana > 30,00 €

Mensalidade para três aulas por semana > 45,00 €

- Mais de 3 aulas por semana à mensalidade acima referida acresce 12,00€.

- Descontos: casais (15%) | 2 atividades (15%) | 3 atividades (20%) | 4 ou mais atividades (25%)

### INSCRIÇÃO NO CDMT

Inscrição Anual > 8,65 €\*

Renovação da Inscrição > 4,10 €\*

\*Desconto para portadores do cartão municipal do idoso (50%) e para portadores do cartão Jovem (25%) apenas válido para as taxas de inscrição e renovação.

### HORÁRIOS

2ª Feira das 12h45 às 18h00

3ª a 6ª Feira das 08h30 às 18h00

## REGULAMENTO DO PROGRAMA VIVER EM MOVIMENTO - ATIVIDADES AQUÁTICAS

1 - O Programa Viver em Movimento destina-se a utentes adultos, com idade mínima de 18 anos, não tendo limite máximo de idade para frequentar as aulas.

2 - Para a inscrição nas turmas os alunos deverão assinar um termo de responsabilidade, devendo os alunos de hidrocinesio apresentar um relatório médico e respetivos exames, caso o fisioterapeuta assim o peça.

3 - O ano letivo do Programa Viver em Movimento inicia-se a 01 de Setembro e termina a 30 de Junho, durante o período das 8H30 e as 18H00.

4 - As aulas têm uma duração de 30 ou 45 minutos. Quando correspondente a uma duração de 30 minutos identificado no horário com: " 30' ", a seguir à designação da aula. Todas as restantes terão uma duração de 45'.

5 - Os utentes deverão esperar que o professor os chame à hora de início das aulas, não devendo entrar para o cais da piscina ou passarem-se pelo chuveiro antes dessa indicação por parte do professor.

6 - Em caso de falta do professor a aula será compensada num outro dia, a combinar com os alunos, não sucedendo o mesmo em caso de falta dos alunos.

7 - Sempre que a piscina esteja encerrada por motivos de feriados ou outros pontuais, as aulas serão compensadas, de acordo com o calendário de compensações.

8 - As aulas de hidrocinesio, por fazerem parte de um programa de tratamento serão sempre compensadas, com acompanhamento técnico.

9 - Caso as aulas sejam interrompidas por motivos alheios ao CALMA, pelo CDMT, haverá compensação de aulas, caso se trate de situações pontuais. Em caso de situações prolongadas, será alvo de análise entre o CALMA e o CDMT, procurando sempre a salvaguarda dos interesses dos utentes.

10 - Em situação de doença, o CALMA aceita a suspensão da inscrição, com a respetiva suspensão do pagamento, mediante a apresentação de atestado médico, por um período máximo de 2 meses, mantendo o utente a vaga na turma durante esse período.

11 - Caso o utente volte às aulas dentro do período dos 2 meses será efetuado um acerto na mensalidade, caso exceda esse período perde direito à vaga na turma e à mensalidade já paga.

12 - Todas as reclamações referentes à temperatura da água, quer da piscina, quer dos chuveiros, deverão ser efetuadas na secretaria do CDMT, pois o CALMA é alheio a esses assuntos.

13 - O CALMA não se responsabiliza por furtos ou danos à propriedade que ocorram dentro das instalações do CDMT.