

## Viver em Movimento 2025/2026

Clube de Atividades de Lazer e Manutenção (CALMA)



### INÍCIO DO ANO LETIVO

1 de setembro de 2025

### FINAL DO ANO LETIVO

30 de junho de 2026

### HORÁRIOS

2ª Feira das 12h45 às 18h00

3ª a 6ª Feira das 08h30 às 18h00

### INTERRUPÇÕES

NATAL - 24 de Dezembro de 2025

FIM DE ANO - 31 de Dezembro de 2025

Todos os feriados

### 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.

### NATAÇÃO - ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO | ACTIVIDADES AQUÁTICAS | HIDRODEEP | HIDROBALANCE | HIDROFUNCIONAL | HIDROPOWER | HIDROBIKE | HIDRORITMOS

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%)

### REGULAMENTO PROGRAMA VIVER EM MOVIMENTO - ACTIVIDADES 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 Hidrocinésio 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, no período entre as 8H30 e as 18H00.

4 - As aulas têm uma duração de 30 ou 45 minutos. Quando correspondente a uma duração de 30 minutos é 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 passar 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.

7 - Em caso de falta por parte do aluno, após coordenação com o Professor, será permitida compensação da aula. Estas compensações só se podem verificar até ao dia 30 de Junho.

8 - Sempre que a piscina esteja encerrada por motivos de feriados ou outros pontuais, as aulas serão compensadas, de acordo com um calendário de compensações. Exceptuam-se os encerramentos inopinados por motivos técnicos, tais como falhas de abastecimento de água e/ou electricidade ou razões de salubridade.

9 - Os utentes podem solicitar um mês de isenção de pagamento mensal, sem apresentação de atestado médico ou qualquer justificação, por ano

lectivo, caso nesse mês não se verifique nenhum acesso às aulas, incluindo potenciais compensações. Obrigatoriamente solicitado pelo utente.

10 - Em situação de doença, o CALMA aceita a 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 - O descrito nos parágrafos 8 e 9, têm efeitos cumulativos, ou seja, concorrem para o limite máximo previsto de 2 meses por ano lectivo, sem que o utente perca a vaga na turma.

12 - Na eventualidade de a situação de ausência prevista exceder os 2 meses, o utente fica obrigado a proceder à respectiva desistência, de forma a prevenir a acumulação de dívida.

13 - As vagas que venham a ser criadas, fora dos períodos regulares de inscrição, serão ocupadas, prioritariamente, pela ordem dos utentes na lista de espera de cada turma e só depois pela ordem de inscrição na Secretaria.

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

15 - No regresso à actividade o utente será colocado na turma que apresentar disponibilidade e após consulta da situação por parte do CALMA, de forma a prevenir adulterações e aproveitamentos ao espírito do Regulamento.

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

17 - Todos os casos omissos no presente Regulamento serão da responsabilidade de resolução por parte da Direcção do CALMA.