

AQUÁTICO

www.tijucatenis.com.br

CURSOS	IDADE	HORÁRIOS	FREQ.	PROF.	LOCAL	MENS SÓCIO	MENS. N/SÓC.
Hidroginástica	Adulto	08:00/09:00	3 ^a / 5 ^a	Cristiane Cristiane Cristiane	Piscina Feijão	2xsem R\$ 151,00	2xsem R\$ 242,00
		09:00/10:00	3 ^a / 5 ^a				
		10:00/11:00	2 ^a / 4 ^a				
		10:00/11:00	2 ^a / 4 ^a / 6 ^a	Cristiane	Pisc.Feijão	R\$ 180,00	R\$ 281,00
		11:00/12:00	3 ^a / 5 ^a	Vera	Pisc.Feijão	R\$ 151,00	R\$ 242,00
Hidroginástica Especializada	Adulto	10:00/11:00	2 ^a /4 ^a /6 ^a	Kátia Kátia	Piscina 25 metros	R\$ 228,00 R\$ 151,00	R\$ 349,00 R\$ 242,00
		10:00/11:00	2 ^a /4 ^a ou 3 ^a /5 ^a				
Nado Artístico	Aperfeiçoamento	09:00/10:45	2 ^a a 6 ^a	Ana Carolina	Piscina	R\$ 96,00	R\$ 186,00
Ap.05 anos	Iniciação	15:00/16:45					
Ap. 16 anos	Adulto	17:00/19:00					
Pólo Aquático	08 a 16 – necessário saber nadar	17:00/18:00	3 ^a /5 ^a 2 ^a /4 ^a /6 2 ^a à 6 ^a	Leonardo/Adeildo	Piscina 25 metros	R\$ 70,00 (2 ou 3x) R\$ 100,00 (5x)	R\$ 100,00 (2 ou 3x) R\$ 150,00 (5x)
	Master Ap. 17 anos Necessário saber nadar	21:00/22:00	3 ^a / 5 ^a	Leonardo	Piscina 25 metros	R\$ 80,00	R\$ 80,00
Natação	P/pessoas	10:30/11:15	2 ^a a 6 ^a Com opção de 2x ou 3x sendo 2 ^a /4 ou 3 ^a /5 ^a 2 ^a /4 ^a /6 ^a	Carolina	Piscina Olímpica	R\$ 120,00 2x R\$ 146,00 3x R\$ 176,00 5x	R\$ 146,00 2x R\$ 176,00 3x R\$ 264,00 5x
Adaptada	c/defic. física	11:15/12:00					
		12:00/12:45					
		12:45/13:30					
Corrida Aquática	Livre	12:15/13:30 19:00/20:15	3 ^a / 5 ^a	Vera	Piscina Olímpica	R\$ 260,00	R\$343,00

PARA TODAS AS ATIVIDADES SERÁ NECESSÁRIO ENTRAR EM CONTATO COM O PROFESSOR ANTES DA MATRÍCULA.

O NADO ARTÍSTICO DISPÕE DE HORÁRIOS DE SEGUNDA A SEXTA-FEIRA, MAS EXISTE A OPÇÃO DE REALIZAR AULAS 2 OU 3X NA SEMANA. O VALOR É INALTERÁVEL INDEPENDENTE DA FREQUÊNCIA NAS AULAS.

VALOR DE CARTEIRA DE NÃO SÓCIO E ACOMPANHANTE: R\$ 28,00

PROCEDIMENTOS PARA MATRÍCULA NA HIDROGINÁSTICA:

1. Teste de Esforço Físico (Teste Ergométrico).
2. Atestado médico informando se o aluno está apto à atividade.
3. No período de até 30 dias após a inscrição, o aluno poderá frequentar as aulas de Hidroginástica, sendo que, os exercícios serão mais suaves.
4. A não apresentação do Teste de Esforço Físico no prazo determinado, o aluno será desligado do curso, não cabendo a devolução dopagamento efetuado.
5. A apresentação do atestado médico bem como o Teste de Esforço que impossibilite a realização da hidroginástica em um prazo de até 30 dias, terá o valor da mensalidade devolvido.
6. Anualmente será exigido o Teste de Esforço Físico e atestado médico.
7. Será solicitada pelo professor uma Avaliação Antropométrica.

Informações no Dptº CAIA / 3294-9300 / caia@tijucatenis.com.br
www.tijucatenis.com.br

NATAÇÃO 2021

IDADES	HORÁRIOS
2 e 3	09:20/09:50 10:00/10:30 10:30/11:00 16:30/17:00
4 e 5	08:00/08:30 08:40/09:10 14:30/15:00 15:10/15:40 15:50/16:20
5 a 8	09:00/09:45 14:45/15:30
05 a 09	09:45/10:30
9 a 12	08:15/09:00 15:30/16:15
13 a 16	16:15/17:00
A D U L T O	06:00/06:45
	06:45/07:30 – apenas 2ª/4ª ou 2ª/4ª/6ª
	07:30/08:15
	08:15/09:00
	09:00/09:45
	09:45/10:30
	11:00/11:45
	11:45/12:30
	12:30/13:15
	14:00/14:45
17:00/17:45	
17:45/18:30	
19:30/20:15	
20:15/21:00	

COORDENADOR TÉCNICO: Luiz Cláudio Lessa

OBSERVAÇÕES:

>> NATAÇÃO INFANTIL (02 a 17 anos) – falar com o prof. no horário.

>> NATAÇÃO ADULTO – Não precisa falar com o prof.

>> POLO AQUÁTICO / NADO SINCRONIZADO - No Horário com o prof.

O ALUNO NÃO PODE TRAZER CONVIDADO E SER CONVIDADO DE SOCIO.

VALOR SÓCIO:

2 x p/semana =R\$ 108,00

3 x p/semana =R\$ 150,00

5 x p/semana =R\$ 198,00

Taxa de matrícula:R\$80,00

VALOR NÃO SÓCIO:

2 x p/semana: R\$164,00 2ª/4ª ou 3ª/5ª

3 x p/semana: R\$231,00 2ª/4ª/6ª

5 x p/semana:
R\$296,00

Taxa de matrícula:R\$80,00

Carteira = R\$ 28,00

Exame médico deve ser trazido de fora.

Material necessário:prancha, touca, roupa de banho e pool bóia.

**O MENOR TEM DIREITO A UM ACOMPANHANTE COM CUSTO DE R\$ 28,00
VALIDADE DA CARTEIRA DE 01 (um)ANO**

O ALUNO TERÁ 30 MINUTOS DE CARÊNCIA EM SUA ENTRADA E/OU SAÍDA

DUVIDAS COM RELAÇÃO A ATIVIDADE SOMENTE COM O PROFESSOR DE SEGUNDA A SEXTA.