

GesLoures



NADA, FAZ MAIS SENTIDO!



Quadros Normativos

2025/2026

Índice

Capítulo I – Disposições Gerais **5**

- Artigo 1.º [Âmbito de Aplicação](#)
- Artigo 2.º [Responsabilidade pelas Atividades Desportivas](#)
- Artigo 3.º [Compromisso Técnico e Pedagógico](#)
- Artigo 4.º [Deveres e Obrigações Gerais da GesLoures](#)
- Artigo 5.º [Deveres e Obrigações Gerais dos Utilizadores](#)
- Artigo 6.º [Normas Gerais de Acesso e Utilização](#)
- Artigo 7.º [Qualidade da Água e Normas de Utilização](#)
- Artigo 8.º [Calendário](#)
- Artigo 9.º [Seguro de Acidentes Pessoais](#)
- Artigo 10.º [Proteção de Dados](#)
- Artigo 11.º [Preçário](#)

Capítulo II – Inscrições e Mensalidades **13**

- Artigo 12.º [Inscrição](#)
- Artigo 13.º [Renovação da Inscrição](#)
- Artigo 14.º [Pagamentos](#)
- Artigo 15.º [Impossibilidade de Frequência](#)
- Artigo 16.º [Acréscimo de Mensalidades](#)
- Artigo 17.º [Mensalidades Reduzidas](#)
- Artigo 18.º [Antecipação de Pagamento de Mensalidade](#)

Capítulo III – Atividades e Serviços **21**

- Secção I Disposições Gerais**
- Artigo 19.º [Atividade e Serviços Disponibilizados](#)
- Artigo 20.º [Quiosque, APP e Portal](#)

Secção II Escola de Natação

Artigo 21.º [Escola de Natação](#)

Secção III Área Desportiva

Artigo 22.º [Regime Especial de Frequência](#)

Artigo 23.º [Filiações na Federação Portuguesa de Natação](#)

Artigo 24.º [Critérios de Filiação na Federação Portuguesa de Natação](#)

Artigo 25.º [Equipamentos](#)

Artigo 26.º [Tratamentos](#)

Artigo 27.º [Início dos Benefícios Adquiridos](#)

Artigo 28.º [Caducidade dos Benefícios Adquiridos](#)

Artigo 29.º [Classe de Masters](#)

Artigo 30.º [Disposições Finais](#)

Artigo 31.º [Informação](#)

Secção IV Utilização Livre

Artigo 32.º [Utilização Livre](#)

Artigo 33.º [Condições de Utilização](#)

Artigo 34.º [Frequência](#)

Artigo 35.º [Utilização por senhas](#)

Secção V Manutenção da Condição Física (Fitness)

Artigo 36.º [Manutenção da Condição Física \(Fitness\)](#)

Artigo 37.º [Normas de Utilização das Atividades de Fitness](#)

Artigo 38.º [Utilização por senhas](#)

Artigo 39.º [Atividades Pré e Pós-Parto](#)

Secção VI Programa “Clube Vida Ativa”

Artigo 40.º [Clube Vida Ativa](#)



Secção VII Atividades Terapêuticas

Artigo 41.º [Atividades Terapêuticas](#)

Artigo 42.º [Tratamentos de Fisioterapia / Massagem](#)

Artigo 43.º [Classes de Postura e Movimento](#)

Secção VIII Atividades Extrarregulares

Artigo 44.º [Atividades Extrarregulares](#)

Artigo 45.º [Cursos de Atividades Aquáticas](#)

Artigo 46.º [Festas de Aniversário](#)

Artigo 47.º [ATL](#)

Artigo 48.º [Atelier Splash](#)

Artigo 49.º [Atividades de Famílias](#)

Artigo 50.º [Aluguer de pistas](#)

Artigo 51.º [Aluguer de salas](#)

Artigo 52.º [Atividades para Instituições e Entidades](#)

CAPÍTULO I – DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 1.º

Âmbito de Aplicação

O presente Quadro Normativo integra:

- a) Normas gerais aplicáveis à frequência de atividades e à utilização de equipamentos desportivos sob a responsabilidade da empresa municipal GesLoures, Gestão de Equipamentos Sociais, Unipessoal, Lda., adiante designada por GesLoures.
- b) Normas e preços específicos relativos a cada atividade e/ou tipo de utilização que constam dos Capítulos III e IV.

Artigo 2.º

Responsabilidade pelas Atividades Desportivas e Terapêuticas

1. As atividades tuteladas pela Federação Portuguesa de Natação (FPN) cumprem o disposto na Lei n.º 40/2012, de 28 de agosto (estabelece o regime jurídico de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto), sendo planeadas, executadas e avaliadas pela equipa técnica acreditada pela FPN e integrando treinadores de natação de grau I, II, III e IV.

2. As atividades na área da manutenção e condição física (*fitness*) cumprem o disposto na Lei n.º 39/2012, de 28 de agosto (aprova o regime da responsabilidade técnica pela direção e orientação das atividades desportivas desenvolvidas nas instalações desportivas que prestam serviços desportivos na área da manutenção da condição física (*fitness*), designadamente aos ginásios, academias ou clubes de saúde (*healthclubs*), sendo planeadas, executadas, avaliadas e dirigidas pelo/a Diretor/a Técnico/a habilitado/a para o efeito, existindo em cada instalação o regulamento a que se refere o artigo 19.º da Lei referida.

3. As atividades terapêuticas desenvolvidas nas instalações da Gesloures, designadamente a fisioterapia e a hidrocinesioterapia, são prestadas no âmbito de cuidados de saúde e estão devidamente registadas na Entidade Reguladora da Saúde (ERS), ao abrigo do regime jurídico aplicável às unidades privadas de saúde,

conforme previsto na Lei n.º 138/2015, de 7 de setembro. A prestação destes cuidados cumpre os princípios da qualidade, segurança, consentimento informado e proteção de dados, conforme o RGPD e a Lei de Bases da Saúde.

Artigo 3.º

Compromisso Técnico e Pedagógico

1. A GesLoures planeia, programa, executa e avalia as atividades de acordo com os normativos legais aplicáveis e as melhores práticas técnicas e pedagógicas.
2. O enquadramento dos utentes nas diferentes atividades pressupõe um diagnóstico inicial, planeamento técnico pedagógico, monitorização e avaliação.

Artigo 4.º

Deveres e Obrigações Gerais da GesLoures

1. A GesLoures compromete-se a promover o desenvolvimento desportivo e físico dos utentes, através da orientação específica da equipa técnica e terapêutica.
2. A GesLoures compromete-se a efetuar análises regulares da água das Piscinas segundo as normas da Organização Mundial de Saúde e da Administração Regional de Saúde de Lisboa e a divulgar os seus resultados, afixando-os nas Piscinas, em local visível para os utentes, de acordo com o modelo em vigor praticado pelas entidades emissoras dos respetivos resultados.
3. A GesLoures garante, durante todo o período de funcionamento de cada equipamento, a permanência de um responsável devidamente identificado e apto a responder a qualquer solicitação dos utilizadores.
4. A GesLoures é titular de seguros de responsabilidade civil e de acidentes pessoais celebrados nos termos da Lei, conforme descrito no artigo 9.º deste Quadro Normativo.
5. A GesLoures mantém disponível em cada equipamento, nos termos da lei, livro de reclamações, livro de elogios, cópia das diferentes apólices de seguro e quadros

normativos que disciplinam a utilização dos equipamentos e a frequência de atividades.

Artigo 5.º

Deveres e Obrigações Gerais dos Utilizadores

Constitui dever dos utilizadores:

- a) cumprir os regulamentos aplicáveis à utilização dos equipamentos e à frequência de atividades;
- b) cumprir as orientações do pessoal de serviço;
- c) proceder ao pagamento dos preços devidos por inscrição, utilização de instalações e frequência de atividades e/ou serviços.

Artigo 6.º

Normas Gerais de Acesso e Utilização

1. Por questões de segurança dos alunos e das instalações, o acesso às instalações e à frequência de atividades é efetuado mediante a utilização do cartão fornecido para o efeito.
2. A utilização das cubas e das salas de atividades é efetuada apenas sob supervisão técnica, assegurada por pessoal da GesLoures ou por esta autorizado.
3. Na ausência de cartão para acesso às instalações e frequência de atividades, o utente fica obrigado a dirigir-se à secretaria para registar a sua presença na instalação.
4. A não utilização recorrente do cartão constitui fundamento para a recusa de acesso às instalações e/ou da frequência de atividades.
5. O acesso às instalações também poderá ser efetuado via App GesLoures, que fornecerá ao utente um QR Code, permitindo a entrada nos torniquetes.
6. Os utentes devem utilizar os equipamentos de forma a preservar a sua integridade e limpeza, bem como a segurança de pessoas e bens.

7. Qualquer dano causado no decorrer da utilização requer sempre a reposição dos bens danificados no seu estado inicial ou no pagamento da importância relativa ao valor do prejuízo causado.
8. É proibido fumar, consumir bebidas alcoólicas e usar substâncias ilícitas em qualquer espaço das instalações, bem como, comer e beber em espaços que se destinam à prática desportiva.
9. É vedado o acesso às instalações e à frequência de atividades a quem, pelo seu comportamento, hábitos de higiene ou estado de físico, seja suscetível de perturbar a normal utilização dos equipamentos.
10. Os utentes de idade igual ou inferior a 8 anos devem ser acompanhados por um adulto na utilização dos vestiários e balneários dos equipamentos.
11. A GesLoures não se responsabiliza pelo desaparecimento, extravio ou deterioração de qualquer bem ou valor nos balneários, vestiários, cacifos e demais instalações do equipamento desportivo.
12. No mês que antecede, e até à data da realização dos Festivais, poderá ser condicionada a assistência às aulas.
13. O não cumprimento das normas de acesso e utilização constitui fundamento para a proibição de permanência ou acesso aos equipamentos.

Artigo 7.º

Qualidade da Água e Normas de Utilização

1. A GesLoures cumpre todas as normas sobre requisitos de qualidade da água para uso nos tanques das piscinas (lotação, tratamento da água, higiene, segurança e temperatura), designadamente, o disposto na Norma Portuguesa NP 4542 2016, respeitando os seguintes referenciais de temperatura:
 - a) Piscinas desportivas para natação pura, polo aquático e Natação Artística: temperatura 24.º a 26.º;
 - b) Piscinas de aprendizagem, de recreio, de diversão/lazer ou polivalentes: temperatura 26.º a 28.º;

- c) Piscinas de manutenção e infantis: temperatura 28.º a 32.º.
2. Não é permitido entrar ou permanecer nas cubas (plano de água das piscinas) sem tomar duche previamente e eliminar da pele cremes, óleos ou outros produtos suscetíveis afetar a qualidade da água.
3. O acesso ao cais da piscina para utilização das cubas deve ser efetuado com chinelos ou outro calçado específico para o efeito.
4. Não é permitida a utilização de nenhum tipo de calçado dentro de água, mesmo que adequado às atividades aquáticas.
5. É obrigatório o uso de touca de látex, silicone ou conforto (látex com revestimento em licra).
6. O equipamento utilizado (calção e fato de banho), deverá ser de licra e adequado para cada atividade a frequentar, respeitando os parâmetros desportivos comuns.
7. Não é permitido o acesso à zona envolvente dos tanques cubas e balneários a todas as pessoas cujo destino imediato não seja a utilização do equipamento.

Artigo 8.º

Calendário

1. O calendário geral da época 2025/2026 decorre entre o dia 1 de setembro de 2025 e o dia 31 de agosto de 2026, com as seguintes suspensões:
- a) Feriados nacionais e feriado municipal (26 de julho);
 - b) Dias 24 e 31 de dezembro;
 - c) Terça-feira de Carnaval;
 - d) Sábado anterior ao domingo de Páscoa;
 - e) Domingos do mês de agosto;
 - f) Festivais da GesLoures.
2. As atividades poderão ainda ser suspensas, até ao máximo de 4 dias por época desportiva, por motivo de obras de beneficiação dos equipamentos, realização de provas desportivas ou de outros motivos relevantes.

3. Caso ocorra alguma das situações previstas no número anterior, a GesLoures compromete-se a comunicar a suspensão com a antecedência mínima de três (3) dias úteis, podendo este período ser reduzido em caso de ocorrências imprevistas.

4. As atividades poderão ainda ser suspensas por motivos alheios à GesLoures, designadamente, interrupção de fornecimento de água, eletricidade, gás, greves ou por outras causas imprevistas que o fundamentem.

5. A suspensão das atividades, desde que limitadas pelo enunciado nos números anteriores, não confere direito a qualquer desconto, nem à compensação das atividades suspensas.

6. A suspensão das atividades não contempladas nos números anteriores confere aos clientes a possibilidade de compensação, nos termos definidos neste quadro normativo.

7. A ausência de frequência numa atividade por razões não imputáveis à GesLoures, não confere direito à compensação dessa aula ou a qualquer redução no pagamento.

8. Face à possível necessidade de alteração de horários em alturas específicas, nomeadamente, em períodos de férias, o ajustamento a novos horários não constitui direito a qualquer desconto, desde que comunicado com a antecedência mínima de três (3) dias úteis.

Artigo 9.º

Seguro de Acidentes Pessoais

1. A GesLoures é titular de um seguro de acidentes pessoais, salvaguardando as coberturas mínimas definidas por Lei.

2. Em caso de acidente, cabe ao sinistrado escolher o local de prestação de assistência.



3. Sendo a apólice de acidentes pessoais, de reembolso, cabe ao sinistrado o pagamento das despesas incorridas e posterior apresentação para que a companhia de seguros proceda ao seu ressarcimento.

4. A GesLoures não é responsável pela assistência médica ou paramédica prestada aos seus utentes na sequência de sinistro, limitando-se a assumir-se como intermediária entre o sinistrado e a entidade seguradora.

5. Em caso de sinistro, e quando solicitado, a GesLoures colocará à disposição dos utentes informação escrita quanto à metodologia a adotar relativamente a procedimentos administrativos e reembolso de despesas, o que será assegurado pela Seguradora contratada para o efeito pela GesLoures.

Artigo 10.º

Proteção de Dados

1. Com o objetivo de instruir a ficha individual de cada utente, a GesLoures requer aos mesmos, o fornecimento dos seguintes dados pessoais: nome completo, idade, número de cartão de cidadão e número de contribuinte;

2. Os dados pessoais referidos no número anterior serão tratados pela GesLoures, sendo garantida a utilização única e exclusiva para a inscrição dos utentes, ficando a mesma responsável pela sua confidencialidade e manutenção durante a execução da prestação de serviços.

3. Após a cessação dos vínculos, os referidos dados pessoais serão eliminados dos registos internos da GesLoures.

4. A recolha de imagens, fotografias e vídeos só será permitida nos termos da legislação em vigor, cumprindo o estipulado no Regulamento Geral de Proteção de Dados.

5. A recolha de imagem e som, tendo como finalidade a divulgação e publicitação em meios de notícia, meios de comunicação e/ou redes sociais da Gesloures E.M., só tem a legitimidade perante o RGPD, caso exista uma tomada de conhecimento

por parte dos titulares dos dados ou seus representantes legais e respetivo consentimento.

5. O consentimento de recolha e publicação de imagens referido no ponto anterior, não se aplica nas atividades de carácter público, das quais, os participantes e respetivos representantes legais, serão antecipadamente informados sobre a sua realização, devendo estes, previamente à data de realização do evento, comunicar à GesLoures a sua não permissão de recolha e publicação de imagens.

6. Entre outras, a definir futuramente, consideram-se atividades de carácter público, os Festivais e Torneio GesLoures, bem como, eventos que decorram no espaço público.

7. Aquando da realização de eventos considerados de carácter privado, que requeiram formulários de inscrição, estará disponível nas Secretarias, um formulário de consentimento a recolher junto de cada participante, o qual deverá ser adaptado pela Gesloures E.M., em função da tipologia das atividades / festivais / eventos. - 'Formulário - Consentimento RGPD'.

8. A GesLoures não se responsabiliza pelas fotografias e vídeos recolhidos sem autorização expressa.

Artigo 11.º

Preçário

Os valores da inscrição e das mensalidades da GesLoures encontram-se sob consulta no Capítulo IV - Preçário da Época Desportiva 2025/2026.

CAPÍTULO II – INSCRIÇÃO E MENSALIDADES

Artigo 12.º

Inscrição

1. A utilização dos equipamentos e frequência das atividades depende da realização de uma inscrição que pode ser realizada em qualquer momento, presencialmente, numa das secretarias.
2. O valor de inscrição para crianças, entre os 37 meses e os 15 anos de idade, depende do escalão de IRS, sendo necessário realizar prova documental do mesmo.
3. Na ausência de informação do escalão de IRS, o utente pagará o valor máximo, correspondente ao último escalão.
4. A inscrição destina-se à frequência de todas as atividades e utilizações que dela dependam, mantendo-se válida enquanto os pagamentos das mensalidades forem efetuados.
5. No ato de inscrição é obrigatório facultar os dados pessoais, mediante o preenchimento da Ficha de Dados Pessoais e a assinatura do Termo de Responsabilidade (minuta a fornecer pela GesLoures), bem como a exibição de documento de identificação.
6. No ato de inscrição, o utente toma conhecimento dos Quadros Normativos, disponíveis no site e na secretaria, podendo ser enviados para o email ou entregues em mão, caso não possua endereço de e-mail.
7. No caso de inscrição de menores de idade, os documentos devem ser assinados por quem exerça o poder paternal ou por familiar responsável, maior de idade.

8. No caso de frequência de atividades que impliquem o acompanhamento por terceiro, deve ser entregue declaração médica comprovativa da necessidade e assinado Termo de Responsabilidade (minuta a fornecer pela GesLoures) relativamente a este.

9. Após a inscrição é disponibilizado um cartão de identificação, cuja utilização para acesso aos equipamentos é obrigatória, nos termos do disposto no n.º 1 do artigo 6.º deste Quadro Normativo.

10. No ato do levantamento do cartão, o utente assina uma declaração de conhecimento dos normativos aplicáveis à utilização dos equipamentos e à frequência de atividades (minuta fornecida pela GesLoures).

11. A substituição do cartão (2.ª via do cartão) por motivo imputável ao utente, implica o seu pagamento.

12. As inscrições realizadas:

- a) De 1 a 15 de cada mês darão lugar ao pagamento da inscrição e da totalidade da mensalidade desse mesmo mês;
- b) De dia 15 até ao final de cada mês darão lugar ao pagamento da inscrição e de 50% da mensalidade desse mesmo mês.

13. Caso o utente deixe de pagar as mensalidades devidas e pretenda retomar a utilização dos equipamentos e a frequência de atividades na mesma época, pode fazê-lo, mediante a existência de vaga disponível, o pagamento de um preço de reinscrição no valor de 15,00€ (quinze euros - preço com IVA incluído) e de pelo menos uma mensalidade inteira relativa à época em curso.

14. Os alunos que transitem do Projeto LED e que ativem a sua inscrição individual até ao fim do terceiro mês subsequente ao termo da sua frequência, têm uma redução de 50% no valor da inscrição.

15. Os trabalhadores e colaboradores da GesLoures com contrato de prestação de serviços em nome individual e respetivos agregados familiares, reformados e respetivos cônjuges cujo processo de reforma tenha sido finalizado pelo vínculo contratual à GesLoures ou estagiários, podem beneficiar de condições especiais na frequência de atividades e na utilização de equipamentos desportivos da empresa.

16. Para efeitos do definido no ponto 15, entende-se que o conceito de agregado familiar é o constante do artigo 13.º do código do IRS, relevando nos mesmos termos as situações de união de facto previstas no artigo 14.º do mesmo Código.

17. Conforme definido no ponto anterior, os trabalhadores e colaboradores da GesLoures, ou seja, as pessoas com o vínculo à empresa, devem assegurar no ato de inscrição, pelo beneficiário:

- a) a entrega de todos os elementos requeridos aos utentes;
- b) entrega de declaração de honra, assinada pelo trabalhador ou colaborador, e pelo beneficiário, caso não seja o próprio, onde conste a identificação da situação que habilita à utilização nos termos deste anexo;
- c) entrega dos documentos comprovativos da situação, salvo quando a própria função ou objeto do contrato permita dispensá-lo (s)
- c) O preço da inscrição não beneficia de isenção ou redução, incluindo as que decorram de campanhas específicas dirigidas ao público em geral.

18. A utilização dos seguintes serviços não depende de inscrição:

- a) Cursos de atividades aquáticas ou outros de curta duração;
- b) Serviços dirigidos a instituições;
- c) Utilização por senhas;
- d) Outros cuja natureza não pressuponha uma frequência ou utilização continuada.

Artigo 13.º

Renovação da Inscrição

1. Os utentes cuja inscrição se mantenha válida em 31 de agosto de 2025 devem renovar a sua inscrição.

2. No ato de renovação de inscrição, os utentes tomam conhecimento dos Quadros Normativos, nos termos do disposto no n.º 6 do artigo 12.º.

Artigo 14.º

Pagamentos

1. Todos os preços a vigorar no ano letivo 2025/2026 incluem IVA à taxa legal em vigor.
2. O valor do preçário prevalece sobre o valor do quadro normativo.
3. A frequência das atividades da GesLoures obriga o utente ao pagamento da inscrição e de todas as mensalidades, sem interrupções, salvo em caso de cancelamento de inscrição ou desistência.
4. O pagamento das mensalidades das atividades deve ser efetuado até ao dia 11 do mês a que respeite, presencialmente, nas secretarias, ou online.
6. A GesLoures disponibiliza as seguintes formas de pagamento: numerário, transferência bancária, débito direto, entidade e referência e MB Way.
7. O pagamento através da modalidade de débito direto deverá ser efetuado na primeira semana de cada mês.
8. O utente que não efetue o pagamento da mensalidade até ao dia 11 do mês seguinte ao qual a mensalidade respeite, terá a sua inscrição cancelada.
9. Os trabalhadores e colaboradores da GesLoures garantem a inscrição, nos termos do definido no artigo 12.º, não se aplicando os pontos 2, 3, 4 ,7 e 8 deste artigo.

Artigo 15.º

Impossibilidade de frequência

1. A impossibilidade de frequência por motivo de doença impeditiva da prática de exercício físico, desde que não se registre qualquer frequência no período em causa, confere o direito a redução nas mensalidades, nos seguintes termos:
 - a) deverá ser devidamente comprovada por atestado médico, validado por vinheta do profissional que o emitiu, e que refira expressamente a existência de impedimento da prática de exercício físico ou, em alternativa, por CITT

- (certificado de incapacidade temporária para o trabalho), desde que o mesmo refira a impossibilidade de se ausentar da residência.
- b) os documentos referidos na alínea anterior deverão ser entregues no prazo máximo de 20 (vinte) dias a contar do início do impedimento.
 - c) a entrega dos documentos deve ser feita ao balcão de qualquer uma das secretarias ou enviado por correio registado, ao cuidado da GesLoures - Serviço de Apoio ao Cliente.
 - d) por períodos de impedimento entre os 14 e 29 dias consecutivos de um mesmo mês – 25% na mensalidade do mês respetivo;
 - e) por períodos iguais ou superiores a 30 dias e até 60 dias – 50% na(s) mensalidade(s) do(s) mês(es) respetivo(s), por referência à totalidade do período a que a ausência respeite;
 - f) os documentos referidos no presente artigo só produzem efeitos durante um período máximo de um mês, a não ser que indiquem expressamente validade por período superior;
 - g) os documentos anteriormente referidos, só serão considerados após o pagamento da parcela da mensalidade devida para o período a que se referem.
 - h) caso o impedimento comprovado no documento seja superior a um mês, o utente poderá pagar a parcela da mensalidade devida para todos os meses referidos, ou apresentar mensalmente o documento e liquidar nesse momento a parcela referente ao mês, pois caso não o faça, o impedimento não será considerado na mensalidade seguinte.
 - i) o não pagamento da parcela da mensalidade a que o documento se refere implica o acréscimo da mensalidade prevista no artigo 16.º, findo o prazo, o utente passa de imediato à condição de desistente, acionando o respetivo cancelamento da vaga.
 - j) o pagamento da parcela da mensalidade devida por apresentação de documento válido que justifique a impossibilidade de frequência da atividade por parte do aluno, não poderá ser feito por referência bancária. O pagamento em causa poderá ser feito ao balcão, via online, por transferência bancária, MB WAY ou numerário.
2. Confere ainda redução nas mensalidades, nos termos do definido nas alíneas d) e e) do presente artigo, ausência temporária de residência por motivo profissional

ou académico, devidamente comprovado, ou mediante autorização da GesLoures, face à invocação de outras circunstâncias ponderosas.

3. Caso as mensalidades tenham sido pagas pelo seu valor integral, o valor remanescente será considerado antecipação de pagamentos futuros que sejam devidos.

4. Caso não ocorra frequência durante um período não inferior a 14 dias, e quando o motivo invocado for considerado relevante, por decisão da Administração da GesLoures, poderá ser aplicada uma redução de mensalidade de 20%.

5. Em caso de desistência, não haverá lugar à restituição de qualquer quantia já paga, exceto por motivos de saúde, devidamente comprovados, verificando-se a efetiva ausência de presenças.

6. Será justificável a não frequência das atividades, ou utilização de equipamento por parte de trabalhadores ou colaboradores da GesLoures, sempre que este esteja esgotado, já que são obrigados a libertar a sua vaga.

Artigo 16.º

Acréscimo de Mensalidades

1. Findo o prazo de pagamento referido no n.º 4 do artigo 14.º, o pagamento será considerado para todos os efeitos como efetuado fora de prazo e será agravado:

- a) Em 5%, entre o dia 12 e o dia 18 do respetivo mês;
- b) Em 15%, a partir do dia 19 (inclusive) do respetivo mês.

2. O não pagamento da mensalidade dentro do prazo constitui fundamento para a suspensão imediata do acesso aos equipamentos.

Artigo 17.º

Mensalidades Reduzidas

1. Os utentes com idade entre os 37 meses e 6 anos beneficiam de uma redução nas mensalidades devidas de 20%, exceto nas aulas de bebés.

2. Os utentes com idade entre 7 e 15 anos beneficiam de uma redução nas mensalidades devidas de 15%.
3. Os utentes com idade igual ou superior a 65 anos beneficiam de uma redução de 20% nas mensalidades, exceto no programa “Clube Vida Ativa”.
4. Os utentes portadores de deficiência, cujo grau de incapacidade seja igual ou superior a 60%, beneficiam de uma redução de 50% nas mensalidades devidas, mediante apresentação de documento comprovativo com valor legal.
5. Os utentes que integrem o mesmo agregado familiar - Pacote Família - beneficiam das seguintes reduções nas mensalidades, desde que as mesmas sejam pagas em simultâneo:
 - a) Entre 2 e 3 utentes – 5%;
 - b) 4 utentes – 10%;
 - c) 5 ou mais utentes – 15%.
6. O conceito de agregado familiar é o constante do artigo 13.º do código do IRS, relevando nos mesmos termos as situações de união de facto previstas no artigo 14.º do mesmo Código.
7. A prova das situações previstas nos números 5 e 6 será efetuada, por regra, por declaração sob compromisso de honra, podendo, no entanto, ser exigido, a qualquer momento, documento comprovativo.
8. Os utentes que integrem um agregado familiar em que, pelo menos, um dos membros se encontre em situação de desemprego beneficiam de uma redução de 40% nas mensalidades devidas.
9. A prova da situação de desemprego é efetuada aquando do pagamento de cada mensalidade, por exibição de documento comprovativo, emitido pelo IEFP, com data de emissão não anterior a 30 dias àquela em que o pagamento da mensalidade seja realizado.

10. Os utentes abrangidos por protocolo em vigor, celebrado entre a GesLoures e entidades terceiras, beneficiam de redução nas mensalidades nos termos definidos no respetivo protocolo, e que, por regra, não é superior a 10%, sem prejuízo da manutenção de reduções superiores atualmente vigentes, com o limite de 15%.

11. A redução referida no ponto anterior não se aplica nas seguintes modalidades:

- a) Ginásio;
- b) Aulas de Grupo;
- c) Pacote Terra;
- d) Ginásio + Utilização Livre;
- e) Aulas de Grupo + Utilização Livre;
- f) Pacote Terra + Utilização Livre;
- g) Total GesLoures.

12. Os utentes que frequentem atividades que impliquem o pagamento de mais de uma mensalidade beneficiam de redução de 50% numa das mensalidades, nos seguintes termos:

- a) Os utentes do programa “Clube Vida Ativa” na mensalidade da segunda atividade;
- b) Os utentes que frequentem outras atividades, na mensalidade de menor valor.

13. As reduções de mensalidades previstas nos números anteriores não são cumuláveis entre si, sendo aplicada, quando devida, apenas a que for mais favorável ao utente.

14. Os trabalhadores e colaboradores da GesLoures beneficiam de redução de 100% nas mensalidades referentes à frequência de Atividades Aquáticas, Cursos de Curta Duração, Utilização Livre e Atividades de Ginásio, estando sujeitos às seguintes normas:

- a) não podem frequentar as atividades ou utilização de equipamento, sempre que este esteja esgotado, sendo obrigatório libertar a vaga.
- b) quando a redução de preço respeite a atividade que pressupõe uma afetação concreta de vaga, a mesma cessa automaticamente quando se verificarem frequências mensais inferiores a 50% das classes onde se encontrem inscritos,

passando a ser aplicado o tarifário individual, não podendo ser atribuída nova redução de preço ao mesmo beneficiário até ao final da época em curso.

15. Os beneficiários que pertençam ao agregado familiar de trabalhadores, colaboradores, reformados da GesLoures ou que estejam a estagiar na empresa, beneficiam de redução de 60% nos preços praticados na frequência de Atividades Aquáticas, Cursos de Curta Duração, Utilização Livre e Atividades de Ginásio.

16. Os trabalhadores, colaboradores ou reformados da GesLoures, os beneficiários que pertençam ao seu agregado familiar e os estagiários beneficiam de redução de 35% no preço de Tratamentos, Consultas, Massagens e Festas de Aniversário.

Artigo 18.º

Antecipação de Pagamento de Mensalidade

1. Salvo campanhas promocionais, aos pagamentos efetuados de forma antecipada são aplicados os seguintes descontos:

- a) 4% Para o pagamento integral de 3 mensalidades;
- b) 5% Para o pagamento integral de 6 mensalidades;
- c) 6% Para o pagamento integral de 12 mensalidades.

2. As mensalidades que beneficiem dos descontos indicados no número anterior não são reembolsáveis.

3. Pagamentos com desconto do trimestre, semestre e época desportiva, o desconto é aplicável apenas na época desportiva corrente, ou seja, de setembro a agosto.

CAPÍTULO III – ATIVIDADES E SERVIÇOS

Secção I – Disposições Gerais

Artigo 19.º

Atividade e Serviços Disponibilizados

A GesLoures disponibiliza as seguintes atividades e serviços:

- a) Escola de Natação;
- b) Área Desportiva;

- c) Utilização Livre;
- d) Manutenção da Condição Física (Fitness);
- e) Programa “Clube Vida Ativa”;
- f) Atividades Terapêuticas: Hidrocinesioterapia, Fisioterapia / Massagem e Classes de Postura e Movimento
- g) Atividades Extrarregulares: Cursos de Atividades Aquáticas, Festas de Aniversário, Atividade de Família, ATL, Atelier *Splash*, Aluguer de Pistas, Aluguer de Salas Atividades para Instituições e Entidades.

Artigo 20.º

Quiosque, APP e Portal

1. A GesLoures dispõe de Quiosques Interativos, a APP e o Portal, onde se encontram disponibilizados os serviços de Utilização Livre, aulas de Fitness (Santo António dos Cavaleiros e Loures) e tratamentos da área terapêutica.
2. Os Quiosques Interativos permitem a retirada de senhas de acesso às modalidades de utilização livre, ginásio, aulas de grupo e serviços de gabinete.
3. Através da APP e do Portal, poderá ser consultada informação relativa a faturas, acessos, pedido pagamento por MB Way e reserva de aula para as modalidades mencionadas no número anterior.
4. A marcação de senha para uma modalidade obriga a retirar a senha no Quiosque, a confirmação de presença, efetuada até 5 minutos antes da aula iniciar.
5. Caso a senha não seja retirada no tempo previsto no ponto 4, a reserva da aula será disponibilizada para outro utente.

Secção II

Escola de Natação

Artigo 21.º

Escola de Natação

1. A Escola de Natação da GesLoures desenvolve as suas atividades nas Piscinas Municipais de Loures, Santo António dos Cavaleiros, Santa Iria de Azóia e Portela.
2. A Escola de Natação da GesLoures é organizada por classes definidas em função do escalão etário e dos seguintes níveis de aprendizagem:
 - a) Níveis 1, 2, 3 e 4;
 - b) Pré-treino;
 - c) Treino.
3. À exceção do nível 1, o acesso às classes dos níveis seguintes é feito segundo decisão do Coordenador Técnico pedagógico da piscina, que pode delegar a sua competência no Professor da classe.
4. O acesso às classes de pré-treino e treino depende de decisão do Coordenador do Treino.
5. As classes dos níveis de aprendizagem têm aulas com a duração de 30, 45 ou 60 minutos.

Secção III

Área Desportiva

Artigo 22.º

Regime Especial de Frequência

1. O acesso às classes de pré-treino e treino constitui um benefício acrescido proporcionado aos atletas das aulas de natação, que se traduz no aumento do

tempo de aulas e no acompanhamento técnico-pedagógico específico, não conferindo aos seus alunos nenhum direito especial.

2. É aplicável aos alunos das classes de pré-treino e treino o valor fixo de mensalidade de 40,00€ (quarenta euros), independentemente do número de aulas frequentadas e da respetiva duração.

2.1 Aos atletas federados é aplicada uma sobretaxa mensal de 10,00€ (dez euros), com exceção dos atletas da categoria de cadetes.

2.2 A referida sobretaxa é devida de outubro a julho de cada época desportiva e sobre esta não incide qualquer desconto.

2.3 Caso o atleta deixe de integrar a classe de pré-treino ou treino, a sobretaxa referida no número 2.1. deixa de ser devida no mês seguinte à saída dessa classe.

3. Não são aplicáveis às classes de pré-treino e treino as disposições gerais sobre suspensão das aulas, podendo a realização das mesmas ser livremente suspensa por decisão do Professor responsável, desde que seja garantida aos alunos uma prática anual da natação de 78 horas/época (52 semanas x 1.30 horas).

4. Para os atletas que frequentam as aulas de pré treino e treino, o pagamento da mensalidade é devido durante 12 meses, independentemente dos meses de prática, a partir do momento que esteja garantida a frequência de 78 horas de horas/época.

5. Os treinos dos vários escalões decorrem no equipamento determinado, sendo os horários dos mesmos tão variados quanto possível para dar resposta aos vários nadadores.

6. Os locais de realização das aulas das classes de treino, poderão decorrer em piscinas diferentes de forma pontual ou permanente, não conferindo aos atletas qualquer direito no respeitante a transporte entre piscinas.

Artigo 23.º

Filiações na Federação Portuguesa de Natação

1. A filiação na Federação Portuguesa de Natação (F.P.N.) de atletas das aulas de natação da GesLoures é da competência da Administração, sendo realizada segundo critérios propostos pela Equipa Técnica e constantes do presente anexo.

2. O custo das taxas de filiação na F.P.N. e do seguro desportivo constituem encargo da GesLoures.

3. O custo do exame médico-desportivo base constitui, igualmente, encargo da GesLoures.

4. O custo de quaisquer exames complementares de diagnóstico requeridos pelo médico responsável dos exames médico-desportivos, não será suportado pela GesLoures.

Artigo 24.º

Critérios de Filiação na Federação Portuguesa de Natação

1. A filiação é proposta e decidida:
 - a) Na Natação Pura, com base na tabela de tempos de admissão aos campeonatos (TAC) publicados anualmente pela F.P.N. e A.N.L. e na qualidade técnica demonstrada na avaliação técnica do nível 4;
 - b) Na Natação Artística, com base na tabela do programa de níveis publicado anualmente pela F.P.N. e na qualidade técnica das atletas, cuja avaliação integra a proposta do/a treinador/a responsável pela equipa absoluta;
 - c) Na Natação Adaptada, com base na qualidade técnica dos atletas, cuja avaliação integra a proposta do/a treinador/a responsável pela equipa absoluta.

2. Reúnem condições técnicas para serem filiados os atletas das Escolas de Natação da GesLoures que sejam assíduos, manifestem empenhamento continuado e disciplina de treino e que:

a) Na Natação Pura:

(i) Cadetes – Mediante proposta do treinador responsável que certifique avaliação positiva no cumprimento das componentes críticas do pré treino.

(ii) Outras categorias – Mediante proposta do treinador responsável que certifique avaliação positiva no cumprimento das componentes críticas da categoria, na realização de uma prova de 100m e de uma de 200m, em competição interna da Gesloures, nas quais obtenham resultados com um desvio máximo igual ou inferior a 5% na prova de 100m e a 3% na prova de 200m, em relação aos mínimos de acesso aos Campeonatos Regionais de Piscina Curta de Inverno, e validação do responsável técnico da área.

b) Na Natação Artística, satisfaçam os seguintes critérios:

(i) Infantis - avaliação positiva na prova de Níveis do 1.º Nível;

(ii) Juvenis - avaliação positiva na prova de Níveis do 2.º Nível;

(iii) Juniores - avaliação positiva na prova de Níveis, do 3.º Nível;

(iv) Seniores - avaliação positiva na prova de Níveis, do 4.º Nível.

d) Na Natação Adaptada sob proposta ao Chefe do Departamento Técnico e da Atividade Física através de relatório produzido pelo treinador responsável pela equipa absoluta.

Artigo 25.º

Equipamentos

1. Aos atletas federados, e de acordo com a sua categoria, a GesLoures disponibiliza equipamento, de acordo com a disponibilidade.



Quadro Normativo Geral de Acesso a Instalações e Atividades

2. Constitui dever dos atletas federados, quando em representação da GesLoures, apresentarem-se equipados com os seguintes conjuntos, de acordo com as indicações do treinador:
 - a) Atletas – cadetes (1 T-shirt, Calção);
 - b) Atletas – Infantis (2 T-shirts, Calção, Fato de Treino);
 - c) Atletas – Juvenis, Juniores e Seniores (3 T-shirts, Calção, Fato Treino e Sweater).
3. Cada atleta pode adquirir com o respetivo desconto de 5% sobre o PVP, o número de peças de equipamento indicadas em cada conjunto.
4. A GesLoures fornece no início de cada época, uma touca premium a cada atleta, sendo obrigação dos atletas utilizarem a touca da GesLoures em todas as competições.
5. A conservação do equipamento é da responsabilidade dos atletas, devendo o mesmo ser mantido em bom estado.
6. Os atletas federados beneficiam de uma redução de 20% sobre os preços de venda em vigor na aquisição de equipamentos desportivos não personalizados não referidos no número 2, com exceção de toucas.

Artigo 26.º

Tratamentos

Os atletas federados beneficiam de um desconto 20% sobre os preços de venda ao público (não utente), em vigor na utilização de serviços de fisioterapia.

Artigo 27.º

Início dos Benefícios Adquiridos

1. A decisão de redução ou isenção de mensalidades de alunos das aulas de natação é da competência da Administração, sob proposta da Equipa Técnica.

2. A redução ou isenção de pagamento será realizada de acordo com os critérios indicados nas alíneas seguintes:

a) Natação Pura e Águas Abertas:

(i) Redução para atletas classificados em 2.º ou 3.º lugar em prova individual nos campeonatos zonais de juvenis, e para atletas participantes em prova individual de nacional de clubes – 10%;

(ii) Redução para atletas que participem em prova individual de campeonato nacional – 10%;

(iii) Redução para atletas classificados em 1.º lugar em prova individual nos campeonatos zonais de juvenis ou que sejam chamados a uma seleção regional de juvenis, juniores, seniores ou absolutos – 25%;

(iv) Redução para atletas juvenis, juniores e seniores classificados em 2.º ou 3.º lugar em prova individual de campeonato nacional – 60%;

(v) Redução para atletas juvenis, juniores e seniores classificados em 1.º lugar em prova individual de campeonato nacional e/ou selecionados para seleções nacionais – 100%.

b) Natação Artística:

(i) Redução para atletas juvenis, juniores e seniores classificados em 2.º ou 3.º lugar em solo, dueto, equipa de categoria nos campeonatos nacionais – 10%;

(ii) Redução para atletas juvenis, juniores e seniores classificados em 1.º lugar em solo, dueto ou equipa de categoria nos campeonatos nacionais – 20%;

(iii) Redução para atletas juvenis, juniores e seniores classificados em 2.º ou 3.º lugar em solo, dueto, equipa de categoria nos campeonatos nacionais, em três campeonatos consecutivos – 30%;

(iv) Redução para atletas juvenis, juniores e seniores classificados em 1.º lugar em solo, dueto, ou equipa de categoria nos campeonatos nacionais, em três campeonatos consecutivos, 100%.

(v) Todas as reduções anteriormente referidas só têm lugar quando o número de atletas (solos) ou equipas (duetos) em competição for igual ou superior a cinco



Quadro Normativo Geral de Acesso a Instalações e Atividades

excluindo todos os da Gesloures, no caso das equipas esse número passa para quatro excluindo todos os da Gesloures.

(vi) Redução para atletas selecionados para seleções nacionais – 100%.

c) Natação Adaptada:

(i) Redução para atletas classificados em 1.º lugar em prova individual de campeonato nacional em que o número de atletas da mesma classe à partida seja igual ou superior a 5, incluindo o atleta da GesLoures – 20%;

(ii) Redução para atletas classificados em 1.º lugar em prova individual de campeonato nacional em que o número de atletas da mesma classe à partida seja igual ou superior a 5, incluindo o atleta da GesLoures, em três campeonatos consecutivos e/ou selecionados para seleções nacionais – 100%.

3. A redução de pagamento nas mensalidades não é cumulativa, sendo atribuído ao atleta a redução de maior valor a que tenha direito.

4. As alterações dos valores devidos concretizam-se nos dias 01 de maio e 01 de setembro, tendo por referência os factos ocorridos até cada uma daquelas datas, respetivamente na época e na época anterior.

5. É da responsabilidade do treinador principal de cada uma das modalidades fazer chegar ao coordenador geral do treino, a informação dos atletas que estão em condições de usufruir de uma alteração do desconto da sua mensalidade, esta informação, devidamente fundamentada, deve chegar até ao fim do mês de abril para entrada em vigor no mês de maio e, até ao fim do mês de agosto, para as alterações que produzem efeito no mês de setembro.

Artigo 28.º

Caducidade dos Benefícios Adquiridos

1. O benefício de redução ou isenção de mensalidades tem a validade de doze meses, caducando automaticamente no final do período, podendo caducar

antecipadamente se o atleta não cumprir o número de treinos estipulados, não se aplicar durante os treinos no cumprimento das tarefas definidas pelo treinador, ou se assumir comportamentos incorretos ou de indisciplina.

2. Em exceção ao disposto no número anterior, a vigência das reduções obtidas por participação em campeonato da Europa ou do Mundo pode ser aumentada até 24 meses e a vigência das reduções obtidas por participação nos Jogos Olímpicos ou Paralímpicos pode ser aumentada até 48 meses.

3. As restantes reduções podem ser prorrogadas até metade do seu período inicial quando motivos ponderosos, designadamente lesão, o fundamentem.

Artigo 29.º

Classe de Masters

1. Aos nadadores da categoria de masters aplicam-se as seguintes disposições específicas:

a) As mensalidades devidas pela modalidade de frequência escolhida são as constantes da tabela geral de preços, não beneficiando das reduções previstas nesta secção sem prejuízo da aplicação das reduções vigentes para a generalidade dos alunos;

b) A filiação na Federação Portuguesa de Natação constitui decisão da GesLoures, tomada caso a caso, e implica o pagamento pelo aluno de 20€ (vinte euros - IVA incluído), por ocasião da inscrição e no início de cada época desportiva, o qual se destina a compartilhar o custo da filiação e da inscrição em provas do campeonato nacional de verão que ocorram em cada época;

c) Todas as restantes despesas decorrentes da prática desportiva (exames médico-desportivos e outros, deslocações, alojamento, equipamento, etc.) são suportadas diretamente pelos nadadores.

2. No que respeita a equipamentos, os nadadores beneficiam do previsto no artigo 24.º.

Artigo 30.º

Disposições Finais

1. É competência da Área Desportiva elaborar e enviar à Administração as atualizações das listas dos alunos que estejam nas situações previstas nos artigos 23.º e 27.º. (filiação na F.P.N. e redução de mensalidades), sendo que, quando estiver em causa a redução de mensalidades, deverá ser indicado qual o mês de início do benefício e o mês em que o mesmo caduca.

Artigo 31.º

Informação

1. Constitui dever dos professores respetivos, informar os alunos, antes da integração em qualquer aula de pré-treino ou treino, da existência do presente anexo.

2. A integração do aluno em aula de pré-treino ou treino, bem como a filiação na F.P.N. implica o conhecimento pelo aluno, deste normativo e o compromisso do cumprimento de todos os princípios que o integram.

Secção IV

Utilização Livre

Artigo 32.º

Utilização Livre

1. A GesLoures garante a existência, em cada piscina, de um período de utilização livre de pelo menos 25 horas por semana.

2. As eventuais alterações de horário que se verificarem durante o ano assumirão natureza excecional e residual e produzirão efeitos apenas no mês seguinte àquele em que sejam divulgadas.

3. A GesLoures garante o acompanhamento da utilização por nadador-salvador ou por técnico habilitado para o efeito.

Artigo 33.º

Condições de Utilização

1. Todos os utentes que queiram utilizar as piscinas municipais em regime livre têm de saber nadar, aptidão a confirmar, por regra, através da realização de um teste (gratuito).
2. A realização do teste pode ser dispensada quando for do conhecimento da GesLoures que o utilizador sabe nadar e possui aptidão física necessária para o efeito.
3. A frequência das Piscinas Municipais no regime de utilização livre é limitada a utentes com idade igual ou superior a 8 anos.
4. Os utentes com idades entre os 8 e os 13 anos apenas poderão frequentar a utilização livre quando acompanhados por utente de idade igual ou superior a 18 anos.

Artigo 34.º

Frequência

1. A Utilização Livre terá lugar na piscina de 25 metros, sendo disponibilizada para atividade, em cada horário, pelo menos uma pista para o efeito.
2. A pista a disponibilizar nos termos do número anterior terá uma lotação que, por regra, não excederá seis utentes, podendo ser alargada até oito em função das condições concretas que se verifiquem em cada momento.
3. A afetação de pistas à utilização livre em número superior a um utente depende da existência de plano de água disponível.
4. É facultada aos utentes da Utilização Livre a utilização de pranchas.
5. A utilização de palas ou barbatanas é restrita, mediante decisão do nadador-salvador, a circunstâncias em que a reduzida frequência do equipamento o permita, sem colocar em causa a integridade física ou o conforto dos outros utentes.

6. O utilizador deverá retirar uma senha junto dos Quiosques que se encontram nas instalações ou através da APP ou Portal, com esta acederá aos torniquetes, devendo entregá-la ao nadador-salvador à chegada ao cais.

7. Sempre que as pistas de utilização livre estejam com a sua lotação máxima, os utentes terão de aguardar a existência de vaga para a realização da sua utilização. Caso não pretendam aguardar, será possível a desistência dessa utilização mediante a entrega da senha na secretaria, onde registarão que esta utilização não foi realizada.

8. A situação referida no número anterior não confere qualquer direito a redução na mensalidade ou restituição de mensalidade já paga.

9. O encerramento pontual ou temporário de um horário ou dia de Utilização Livre, numa ou várias piscinas, não confere ao utente o direito a qualquer dedução no pagamento, uma vez que este serviço pode ser usufruído nos vários horários destinados a esta prática e em qualquer piscina da GesLoures.

Artigo 35.º

Utilização por senhas

1. A utilização por senhas é limitada à disponibilidade da piscina e fica condicionada à realização de teste, em conformidade com o disposto no artigo 33.º do presente Quadro Normativo.

2. A utilização por senhas pode ser efetuada por utilizadores com inscrição ou sem inscrição válida na GesLoures, mediante o preenchimento da ficha de utente, o pagamento do respetivo preço, e, nos casos de não existência de inscrição válida para frequência de utilização livre, a assinatura de declaração conforme modelo anexo ao presente Quadro Normativo.

3. A utilização por senhas é limitada a 10 presenças por época desportiva.

Secção V

Manutenção da Condição Física (Fitness)

Artigo 36.º

Manutenção da Condição Física (Fitness)

1. A frequência das atividades de manutenção da condição física apenas pode ser realizada por utentes com idade igual ou superior a 16 anos.
2. Em situações excepcionais, e mediante avaliação da GesLoures, poderá ser permitida a utilização a utentes com idade inferior a 16 anos, devendo para o efeito ser assinada declaração específica por quem exerça o poder paternal.
3. No caso referido no número anterior, é obrigatório o cumprimento do treino prescrito por técnico da GesLoures, sendo restrita a utilização de atividades não adequadas ao nível etário.
4. É ainda possível a frequência de atividades de fitness por crianças, de acordo com as idades definidas para cada uma das classes desenvolvidas pela GesLoures.
5. A entrada e a saída das instalações deverão ser sempre efetuadas pelos torniquetes, utilizando o cartão disponibilizado para o efeito.

Artigo 37.º

Normas de Utilização das Atividades de Fitness

Na utilização dos equipamentos e na frequência de atividades de fitness devem observar-se as seguintes disposições específicas:

- a) Nos equipamentos de Santo António dos Cavaleiros e Loures, o acesso ao ginásio e aulas de fitness requer que o utente retire, obrigatoriamente, uma senha do Quiosque, devendo esta ser entregue ao professor presente na atividade;
- b) Nos equipamentos da Portela e de Santa Iria Azóia, o acesso às aulas de fitness implica obrigatoriamente a inscrição fixa na aula pretendida;

- c) É obrigatória a utilização de calçado desportivo apropriado, não se considerando adequado o calçado usado na via pública, mesmo sendo desportivo, ou que possua partes metálicas;
- d) Não é permitido utilizar qualquer dispositivo que possa deteriorar equipamentos ou pisos;
- e) Não é permitida a utilização das instalações para fins distintos da sua finalidade;
- f) Não é permitida a prática de quaisquer atividades aos utentes que não utilizem equipamento adequado, em boas condições de higiene;
- g) É obrigatória a utilização de toalha do tipo 100x50cm (toalha de rosto), em perfeitas condições de higiene aquando da prática da atividade, com o objetivo de evitar o contacto da pele transpirada com os estofos dos equipamentos de musculação, tapetes, colchões de exercícios de solo e ergómetros, mantendo a higiene dos mesmos;
- h) É aconselhável enxugar a transpiração do rosto ou do corpo, durante a prática de exercício físico, podendo ficar impedido de usufruir na sessão, caso não possua toalha;
- i) As máquinas de cardiofitness só poderão ser usadas por um período máximo de 20 minutos e as máquinas de musculação por período máximo de 15 minutos;
- j) Aulas experimentais apenas serão possíveis mediante autorização do Diretor Técnico ou por técnico a quem seja delegada essa competência;
- k) Crianças com idade inferior a 16 anos apenas podem realizar a inscrição e frequentar a sala de exercício, assim como as restantes atividades de fitness, mediante a autorização do Diretor Técnico;
- l) A admissão de qualquer utente para frequência das instalações desportivas fica condicionada à inscrição para a frequência das atividades realizadas nas mesmas ou, em determinadas exceções, procedendo ao preenchimento de ficha de utente e de um termo de responsabilidade, caso o utente pretenda usufruir de certos serviços que não obriguem a inscrição ativa;
- m) Os danos causados no decorrer da utilização implicam sempre a reposição dos bens danificados ao seu estado inicial ou no pagamento de importância correspondente ao valor do prejuízo causado;
- n) A entrada para os balneários poderá ser efetuada 15 minutos antes do início da atividade e a saída deverá realizar-se nos 30 minutos seguintes ao final da atividade;

- o) Por questões de segurança, é proibida a permanência de crianças com idade inferior a 14 anos na sala de exercício/ginásio, salvo situações devidamente autorizadas pelo(a) Diretor(a) Técnico(a) ou Coordenador(a);
- p) É proibida a assistência das atividades nos estúdios sem autorização prévia do(a) técnico(a) responsável.

Artigo 38.º

Utilização por senhas

1. A utilização por senhas consiste na realização de uma sessão de treino de sala ou de aulas de grupo.

2. A utilização por senhas pode ser feita por utilizadores com inscrição ou sem inscrição válida, mediante o preenchimento de ficha de utente, o pagamento do respetivo preço, e, nos casos de não existência de inscrição válida para frequência de atividades de manutenção da condição física (fitness), a assinatura de declaração conforme modelo anexo.

3. A disponibilidade de senhas é limitada consoante a disponibilidade do ginásio e dos estúdios.

4. A utilização por senhas é limitada a 10 vezes por época desportiva, acima deste número, a utilização obriga a uma inscrição.

Artigo 39.º

Atividades Pré e Pós-Parto

1. Hidro Pré-Mamã e Mamãs são aulas com duração de 30 minutos, adaptadas às alterações fisiológicas que o corpo feminino enfrenta durante estas fases, aproveitando as vantagens do meio aquático.

2. Ginásio Pré-Mamã e Mamãs são aulas de 30 minutos e incluem exercícios de *pilates* e mobilidade, pensados para as necessidades da gravidez e do pós-



parto. No caso das mães, os bebés poderão estar presentes em espreguiçadeiras durante as aulas.

3. As utentes que tenham frequentado estas modalidades têm direito à isenção da taxa de inscrição do bebé até aos 3 anos nas aulas de natação.
4. A inscrição de bebé na atividade de adaptação ao meio aquático, durante o primeiro ano de vida, cuja mãe tenha frequentado alguma atividade durante a gravidez, terá uma redução de 50% face ao seu valor.
5. As utentes que tenham frequentado qualquer atividade durante a gravidez estão isentas do pagamento de mensalidade até ao momento em que retomem a utilização, por um período máximo de quatro meses contado da data do parto.
6. A prova da situação prevista no número anterior é efetuada, por regra, por declaração sob compromisso de honra, podendo, no entanto, ser exigido em qualquer momento documento comprovativo.

Secção VI

Programa “Clube Vida Ativa”

Artigo 40.º

Clube Vida Ativa

1. O programa “Clube Vida Ativa”, sendo destinado à população sénior, tem como objetivo promover a melhoria da condição física, proporcionando aulas de baixa intensidade adequadas a esta faixa etária específica.
2. Podem frequentar o Programa “Clube Vida Ativa” todos os seniores de idade igual ou superior a 65 anos ou que, estando numa situação de pré-reforma, de reforma, ou de desemprego, tenham idade igual ou superior a 55 anos.



3. A inscrição no programa “Clube Vida Ativa” encontra-se sujeita a vaga existente.
4. O programa “Clube Vida Ativa” é isento de inscrição e não confere direito a quaisquer descontos, exceto por antecipação de pagamento.
5. As atividades promovidas nas instalações da GesLoures são planeadas, executadas e avaliadas por técnicos qualificados e credenciados para o exercício da função.
6. A GesLoures compromete-se a promover a capacidade física e funcional dos seniores, através da orientação específica da equipa técnica.
7. O ambiente e as piscinas são mantidos em condições que assegurem o conforto e proteção máxima a todos os seniores.

Secção VII

Atividades Terapêuticas

Artigo 41.º

Atividades Terapêuticas

1. A frequência nas atividades terapêuticas é efetuada sob orientação técnico-terapêutica especializada.
2. A frequência nas atividades terapêuticas pode ser realizada por utentes de qualquer idade, com ou sem patologia clínica, precedida de uma avaliação funcional por um fisioterapeuta, que determinará os horários e/ou classes de inscrição.

3. Os utentes da atividade de Hidrocinesioterapia serão enquadrados em horários específicos de acordo com a patologia apresentada e a avaliação efetuada pelos fisioterapeutas.
4. A atividade indicada no número anterior decorrerá em contexto de classe (grupo) ou individualmente, conforme avaliação realizada.
5. É permitido o acesso de utentes em cadeira de rodas ao cais de piscina, desde que estas se encontrem devidamente limpas, assegurando todas as condições de higiene e segurança.
6. É permitido o acesso ao cais da piscina por parte de um acompanhante (desde que com o calçado apropriado), aos utentes com menor autonomia física ou psíquica, bem como, a sua permanência no decorrer da aula, caso se justifique.
7. Não é permitido o acesso à zona envolvente dos tanques e balneários a todas as pessoas cujo destino imediato não seja a normal utilização do equipamento, à exceção do referido no ponto 2.
8. Na admissão do utente e durante a sua frequência, o fisioterapeuta pode solicitar a apresentação de um atestado médico que comprove que o utente possuiu ou mantém condições de saúde, que lhe permita desenvolver a prática da atividade.
9. Os pacotes de Hidrocinesioterapia disponíveis em número de sessões apenas poderão ser adquiridos em contextos e situações específicas, a analisar pelos fisioterapeutas da respetiva piscina, conforme disponibilidade, relevância e enquadramento clínico.

Artigo 42.º

Tratamentos de Fisioterapia / Massagem

1. A fisioterapia é uma área da saúde dedicada ao diagnóstico, prevenção e tratamento de disfunções do movimento do corpo que sejam de natureza física, mental ou neurológica.
2. Os tratamentos de fisioterapia na GesLoures são ministrados por fisioterapeutas credenciados e realizados em sala de tratamentos devidamente equipada para o efeito.
3. O pagamento das sessões de fisioterapia, sejam avulsas ou em pacotes de 5 tratamentos, deverá ser efetuado antes do primeiro tratamento.
4. No acesso a cada tratamento agendado, é garantido depois de retirar a senha nos quiosques e a entregar à fisioterapeuta.
5. Os pacotes de 5 tratamentos de fisioterapia e massagem têm um período de utilização/validade de 90 dias.
6. Cada sessão de tratamento tem em média uma duração de 45 minutos, com exceção das massagens de 30 e 60 minutos.
7. Os utentes têm o dever de avisar com antecedência as suas ausências aos tratamentos. Na falta de aviso, o tratamento será considerado realizado.
8. As faltas recorrentes aos tratamentos, mesmo que com aviso prévio, permitem que os mesmos sejam considerados como realizados, sem prejuízo de fundamentação válida, de acordo com o previsto no Capítulo II.

Artigo 43.º

Classes de Postura e Movimento

1. Na frequência desta atividade devem observar-se as seguintes disposições:
 - a) Não é permitido entrar na sala da atividade com o calçado usado na via pública;
 - b) Não é permitido utilizar qualquer dispositivo que possa deteriorar equipamentos ou pisos;
 - c) Não é permitida a prática da atividade aos utentes que não façam uso de equipamento adequado e em boas condições de higiene;
 - d) É obrigatória a utilização de toalha em perfeitas condições de higiene aquando da prática da atividade.

2. A entrada e a saída das instalações deverão ser sempre efetuadas pelos torniquetes, utilizando o cartão disponibilizado para o efeito.

Secção VIII

Atividades Extrarregulares

Artigo 44.º

Atividades Extrarregulares

1. A GesLoures dispõe, como atividades Extrarregulares, as seguintes:
 - a) Cursos de Atividades Aquáticas;
 - b) Festas de aniversário;
 - c) ATL
 - d) Atelier *Splash*;
 - e) Atividades de Famílias
 - f) Aluguer de pistas
 - g) Aluguer de salas
 - h) Atividades para Instituições e Entidades

2. A frequência de atividades extrarregulares não está sujeita ao pagamento de inscrição e não beneficia de qualquer redução de preços.

Artigo 45.º

Cursos de Atividades Aquáticas

1. Os cursos de atividades aquáticas são compostos por módulos de aulas ou número de utilizações.

Artigo 46.º

Festas de Aniversário

1. Festas de aniversário são atividades com recurso a jogos no plano de água, devidamente enquadradas por elementos da equipa técnica.

2. As atividades a realizar, assim como a piscina em que as mesmas terão lugar, serão decididas pela equipa técnica de acordo com a idade e aptidões das crianças presentes na festa.

3. A atividade tem uma duração de cerca de 60 minutos.

4. Aos pais do/a aniversariante serão oferecidas duas toucas e um voucher com oferta de uma inscrição, cujo beneficiário poderá ser o aniversariante ou terceiro.

5. A GesLoures disponibiliza uma sala equipada com cadeiras e mesas para a realização do lanche da festa, sendo da responsabilidade dos pais do aniversariante a organização do referido lanche.

6. A recolha de imagens, fotografias e vídeos só será possível nos termos da legislação em vigor, de acordo com o Regulamento Geral de Proteção de Dados.

7. A GesLoures não se responsabiliza pelas fotografias e vídeos recolhidos.
8. As festas de aniversário realizam-se com um mínimo de 10 participantes, incluindo o aniversariante, que está isento de pagamento.
9. O valor por cada participante é de 12,00€ (doze euros).
10. O pedido de realização de Festa de Aniversário deve ser feito nas secretarias das piscinas, com uma antecedência não inferior a 15 dias e mediante o preenchimento de um formulário para o efeito.
11. Após a confirmação da reserva pela GesLoures, deverá ser pago um valor de 108,00€ (cento e oito euros), que corresponde ao número mínimo de participantes com exceção do aniversariante.
12. Caso tenha um número superior de participantes, o restante será pago no dia de realização da festa.
13. No caso da não realização da festa por motivos alheios à responsabilidade da GesLoures, ou do número de convidados ser inferior ao esperado pelo aniversariante, o valor pago pela reserva não confere direito a reembolso.

Artigo 47.º

ATL

1. O ATL tem a duração de uma semana, funcionando de 2.ª feira a 6.ª feira, com diversas atividades no interior ou no exterior dos equipamentos da GesLoures.
2. A inscrição no ATL é destinada a crianças dos 6 anos aos 12 anos e é obrigatório facultar os dados pessoais, a assinatura da Ficha de Dados Pessoais, com Termo

de Responsabilidade (minuta fornecida pela GesLoures), bem como, a exibição de documento de identificação.

3. O preço semanal do ATL está indexado aos Escalões ASE (Ação Social Escolar) dos utentes que se inscrevem, distribuído do seguinte modo:

- a) A (Escalão ASE) - Corresponde ao 1.º escalão do abono de família: Desconto de 60% sobre o preço fixado.
- b) B (Escalão ASE) - Corresponde ao 2.º escalão do abono de família: Desconto de 33% sobre o preço fixado.
- c) C (Escalão ASE) - Corresponde ao 3.º escalão do abono de família: Desconto não aplicável.

4. O ATL habitualmente funciona entre as 9h00 e as 17h00.

5. O ATL inclui almoço, tendo em conta que as restrições alimentares devem ser comunicadas no ato da inscrição.

6. Os alunos inscritos no ATL encontram-se abrangidos pelo seguro da GesLoures.

Artigo 48.º

Atelier Splash

1. O Atelier Splash é constituído por duas atividades: aquática e fitness, as quais decorrerão ao longo de uma ou duas semanas (segunda a sexta-feira).

2. A inscrição no Atelier Splash é destinada a crianças dos 6 aos 12 anos, e é obrigatório facultar dados pessoais com termo de responsabilidade, e a apresentação do documento de identificação.

3. O Atelier Splash funcionará, por regra, em dois turnos, de manhã e de tarde, com horários a definir.

4. Os alunos inscritos no Atelier Splash encontram se abrangidos pelo seguro da GesLoures.

Artigo 49.º

Atividades de Famílias

1. São sessões planeadas de 45 minutos, orientadas por técnicos qualificados, onde crianças (dos 4 aos 16 anos) podem participar acompanhadas por um adulto.
2. Cada sessão representa uma compra avulso.

Artigo 50.º

Aluguer de pistas

1. Para além da utilização enquadrada pela GesLoures, é permitido o aluguer de pistas, conforme disponibilidade do plano de água, mediante autorização prévia e pagamento dos seguintes preços / hora, por pista:
 - a) Pistas de 25 metros: € 70,00 (setenta euros);
 - b) Pistas de 16 metros: € 45,00 (quarenta e cinco euros);
 - c) Pistas de 12,5 metros: € 35,00 (trinta e cinco euros).
2. As instituições com estatuto de utilidade pública usufruem de redução de 40% nos preços indicados no n.º 1 do presente artigo.
3. O aluguer de pista pressupõe a inexistência de orientação pedagógica por parte da GesLoures e o cumprimento, pela entidade, de todas as normas de boa utilização e segurança aplicáveis ao equipamento.
4. É da responsabilidade da entidade que aluga a pista garantir as condições de segurança nesse espaço, em relação aos utilizadores que estejam presentes no equipamento em consequência dessa utilização, assumindo a responsabilidade da contratação dos recursos humanos a que legalmente é obrigada para garantir o cumprimento da legislação em vigor.

Artigo 51.º

Aluguer de salas

1. A GesLoures disponibiliza o aluguer de salas, mediante autorização prévia e pagamento dos seguintes preços / hora:
 - a) Sala pequena - cerca de 5m²: € 50,00 (cinquenta euros);
 - b) Sala grande (Santo António dos Cavaleiros) - cerca de 12m²: € 70,00 (setenta euros).
2. As reservas devem ser efetuadas com antecedência mínima de 15 dias, através do email geral@gesloures.pt.
3. O pagamento deve ser efetuado no ato da reserva, em numerário, por MB Way ou transferência bancária, validada pela apresentação do respetivo comprovativo.
4. O pagamento não é reembolsável.
5. Será cobrada uma caução no valor de 30,00€ (trinta euros) para cobrir possíveis danos, reembolsável após a inspeção final da sala, sendo que a mesma deve ser entregue conforme foi recebida.
6. As salas devem ser utilizadas exclusivamente para o fim contratualizado, não podendo ser sublocadas.
7. O responsável pelo aluguer de salas poderá ser responsabilizado por eventuais danos causados à sala ou aos equipamentos durante o período de permanência.
8. O aluguer de sala não confere o direito à utilização de qualquer equipamento, devendo esta ser objeto de prévia autorização, com possível acréscimo no valor do aluguer.
9. O pedido de cancelamento do aluguer de salas deve ser comunicado por escrito com antecedência mínima de 5 dias.
10. As instituições com estatuto de utilidade pública usufruem de redução de 20% nos preços acima mencionados.

Artigo 52.º

Instituições e Entidades

1. A GesLoures disponibiliza a possibilidade de frequência das atividades e das instalações por grupos de alunos organizados por instituições ou entidades, em horário próprio, nos seguintes termos:
 - a) Constitui dever da instituição ou entidade garantir que os alunos, ou quem exerça o poder paternal, no caso de menores, tomam conhecimento das normas aplicáveis à frequência de instalações e atividades.
 - b) A instituição ou entidade obriga-se a garantir o acompanhamento dos seus alunos, quando menores, e durante toda a frequência das atividades, por pessoal ao seu serviço, devendo os trabalhadores da Instituição permanecer junto dos alunos em número proporcional e adequado ao número de alunos em cada atividade, incluindo dentro das naves ou outros locais onde as mesmas sejam realizadas.
 - c) Os trabalhadores da instituição ou entidade devem usar calçado próprio (chinelos ou sandálias de borracha) na zona do cais da piscina, de forma a garantir a higiene e qualidade da água da piscina, ou calçado adequado à utilização dos ginásios.
 - d) As atividades decorrerão entre os dias 1 de setembro de 2025 e o dia 30 de junho de 2026, de acordo com o calendário previsto no artigo 8.º, do Capítulo I, do presente normativos.
 - e) A suspensão das atividades, desde que limitadas pelo enunciado no artigo 8.º, do Capítulo I, não confere direito a qualquer dedução no pagamento, nem à compensação das atividades suspensas.
 - f) A suspensão das atividades não contempladas no artigo referido no ponto anterior confere aos alunos a possibilidade de compensação, devendo a GesLoures informar caso a caso.

2. Avaliação e Festivais de Final de Época:
 - a) A GesLoures compromete-se a entregar um relatório de avaliação individual de cada utente, nos meses de maio ou junho.
 - b) Sempre que solicitado, a GesLoures disponibilizará um Professor para assistir e participar em reuniões que a Instituição realize com



Quadro Normativo Geral de Acesso a Instalações e Atividades

- pais/encarregados de educação de alunos das atividades da GesLoures menores, na sede da Instituição ou no local por esta indicado.
- c) A GesLoures realizará um Festival de encerramento das atividades escolares, durante os meses de maio ou junho, convidando para participação todos os alunos inscritos nas atividades à data da sua realização.
 - d) A GesLoures poderá excluir da participação nos Festivais as Instituições que à data de realização dos Festivais apresentem débitos vencidos.
3. Inscrição, Renovação de Inscrição para o ano letivo 2025/2026 e Desistências
- a) Após o término do ano letivo, a 30 junho, a GesLoures enviará à instituição a lista de alunos que se encontram em situação de renovação de inscrição, isto é todo o aluno com pagamento em junho poderá renovar a inscrição a iniciar em outubro.
 - b) Relativamente a estes alunos, a Instituição terá apenas de preencher o quadro da ficha de renovação, na coluna respetiva.
 - c) As inscrições deverão ser feitas segundo o modelo cedido pela GesLoures.
 - d) As desistências e atestados médicos deverão ser comunicadas impreterivelmente até ao final do mês anterior a que respeitem, utilizando também o impresso tipo distribuído para o efeito.
4. Seguro de Acidentes Pessoais:
- a) A Instituição compromete-se a obter e manter autorização para a prática desportiva e termo de responsabilidade, da qual poderá fornecer cópia à GesLoures se assim for solicitado, bem como autorização expressa dos pais ou de quem exerça o poder parental.
 - b) A GesLoures celebrará um seguro de acidentes pessoais, salvaguardando as coberturas mínimas definidas por Lei, nos termos do definido no artigo 9.º, do Capítulo I, deste normativo.
 - c) Em caso de acidente, nas instalações da GesLoures, cabe ao representante da Instituição, ao sinistrado ou ao responsável pelo menor escolher um dos locais de prestação de assistência sendo a apólice de acidentes pessoais, de reembolso, pelo que cabe ao sinistrado o pagamento das despesas incorridas e posterior apresentação para que a companhia de seguros proceda ao seu ressarcimento.



Quadro Normativo Geral de Acesso a Instalações e Atividades

- d) A deslocação ao exterior das Piscinas Municipais para assistência médica deverá ser sempre acompanhada por representante da instituição ou entidade.
5. Suspensão da Frequência por Doença
- Em caso de doença, a Instituição poderá requerer a suspensão da frequência de atividades pelo(s) utente(s) que se encontre(m) nessa situação, devendo para o efeito preencher e entregar à GesLoures impresso próprio, até ao fim do prazo para o pagamento do primeiro mês em que pretende ver a inscrição suspensa, comprovada por declaração médica de que resulte claramente a impossibilidade da prática desportiva, nos termos do definido no ponto 1, artigo 15.º, Capítulo I.
6. Preços
- a) Os preços a vigorar no ano letivo de 2025/2026 constam no Capítulo IV, integrante do presente normativo.
- b) À frequência de Cursos de Atividades Aquáticas de Curta Duração corresponde o pagamento do preço previsto na tabela geral

CAPÍTULO IV – PREÇÁRIO DA ÉPOCA DESPORTIVA 2025/2026

INSCRIÇÕES						
Kids 3º, 4º e 5º Escalão						27,00 €
Kids 2º Escalão						24,00 €
Kids 1º Escalão						21,00 €
Adultos e Séniores						30,00 €
Clube Vida Ativa						0,00 €
Reinscrição						15,00 €
Cartão 2ª via						5,00 €

ATIVIDADES AQUÁTICAS						
KIDS						
		1x sem.	2x sem.	3x sem.	Avulsa	
Natação Baby	6 aos 36 meses	35,00 €				
Natação ¹	3 aos 6 anos	24,00 €	31,20 €	36,00 €		
Natação ²	7 aos 15 anos	25,50 €	33,15 €	38,25 €		
Natação Adaptada ⁴	3 aos 6 anos	15,00 €	19,50 €	22,50 €		
Natação Adaptada ⁴	7 aos 15 anos	15,00 €	19,50 €	22,50 €		
Aula Individual						90,00 €
Utilização Livre		12,80 €	21,60 €			
ADULTOS (16 aos 64 anos)						
		1x sem.	2x sem.	3x sem.	Avulsa	Livre trânsito
Natação		30,00 €	39,00 €	45,00 €		
Natação Low Cost		25,00 €	34,00 €	40,00 €		
Natação Adaptada ⁴		15,00 €	19,50 €	22,50 €		
Aquafitness		30,00 €	39,00 €	45,00 €		
Aquafitness Low Cost		25,00 €	34,00 €	40,00 €		
Hidro Pré e Mamã	s/ acompanhante		45,00 €			
Hidro Pré e Mamã	c/ acompanhante		60,00 €			
Aula Individual						90,00 €
Utilização Livre		16,00 €				27,00 €
SÉNIORES (mais de 65 anos)						
		1x sem.	2x sem.	3x sem.	Avulsa	Livre trânsito
Natação ³		24,00 €	31,20 €	36,00 €		
Natação Adaptada ⁴		15,00 €	19,50 €	22,50 €		
Aula Individual						90,00 €
Aquafitness ³		24,00 €	31,20 €	36,00 €		
Hidroterapia ³		24,00 €	31,20 €	36,00 €		
Clube Vida Ativa		7,00 €	17,50 €	26,50 €		
Utilização Livre ³		12,80 €				21,60 €
ÁREA DESPORTIVA (regime especial de frequência)						
	Pré-Treino	Cadetes	Infantis	Juvenis	Juniões	Séniões
Natação Pura/Adaptada/Artística	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €	40,00 €
Sobretaxa (outubro a julho)			10,00 €	10,00 €	10,00 €	10,00 €

¹ aplicado o desconto de 20% (n.º 1 art.º 17)

² aplicado o desconto de 15% (n.º 2 art.º 17)

³ aplicado o desconto de 20% (n.º 3 art.º 17)

⁴ aplicado o desconto de 50% (n.º 4 art.º 17)

ATIVIDADES TERAPÊUTICAS					
AULAS					
	1x sem.	2x sem.	3x sem.	Avulsa	
Hidroterapia em turma	30,00 €	39,00 €	45,00 €		
Hidroterapia individual	85,00 €	125,00 €		26,00 €	
Postura e Movimento	23,00 €	29,50 €			
	10 sessões		15 sessões	20 sessões	
Hidrocinesioterapia		200,00 €	280,00 €	350,00 €	
TRATAMENTOS					
	5 sessões			Avulsa	
Observação	c/cartão GesL			10,00 €	
	s/ cartão GesL			12,00 €	
Tratamento de Fisioterapia	c/cartão GesL	100,00 €		25,00 €	
	s/ cartão GesL	125,00 €		30,00 €	
Tratamento de Fisioterapia (mais 65 anos)	c/cartão GesL	80,00 €		18,00 €	
	s/ cartão GesL	90,00 €		20,00 €	
Massagem 60min	c/cartão GesL	150,00 €		35,00 €	
	s/ cartão GesL	160,00 €		40,00 €	
Massagem 30min	c/cartão GesL	90,00 €		20,00 €	
	s/ cartão GesL	100,00 €		25,00 €	
ATIVIDADES FITNESS					
TERRA KIDS (6 aos 15 anos)					
	1x semana	2x semana	Livre trânsito		
Aulas de Grupo	18,40 €	23,60 €	29,20 €		
FITNESS ADULTOS (16 aos 64 anos)					
	1x semana	2x semana	3x semana	Low Cost	Livre trânsito
Ginásio			23,00 €	20,00 €	25,00 €
Aulas de Grupo	23,00 €	29,50 €			36,50 €
Pré Mamã e Mamã		s/ acompanhante	45,00 €		
		c/ acompanhante	60,00 €		
FITNESS SÊNIORES (mais de 65 anos)					
	1x semana	2x semana	3x semana	Low Cost	Livre trânsito
Ginásio			18,40 €	16,00 €	20,00 €
Aulas de Grupo	18,40 €	23,60 €			29,20 €
PACOTES					
	Crianças		Adultos		Sêniores
	3 aos 15 anos		16 aos 64 anos		mais de 65 anos
Fixo 2x	32,00 €		40,00 €		32,00 €
Fixo 3x	34,40 €		43,00 €		34,40 €
Ginásio + UL	26,80 €		33,50 €		26,80 €
Aulas de Grupo + UL	29,20 €		36,50 €		29,20 €
Terra + UL	40,00 €		40,00 €		32,00 €
Terra	30,80 €		38,50 €		30,80 €
Total GesLoures	40,00 €		45,00 €		40,00 €

PACOTES FAMÍLIA - DESCONTOS					
De 2 a 3 utentes		5%			
4 utentes		10%			
5 ou mais utentes		15%			
SENHAS					
		1 entrada	5 entradas	10 entradas	
Utilização Livre	c/cartão GesL	3,50 €	16,00 €	30,00 €	
	s/ cartão GesL	7,00 €	33,00 €	64,00 €	
Fitness	c/cartão GesL	5,00 €			
	s/ cartão GesL	7,00 €			
ALUGUER DE CACIFOS					
		Mensal	Trimestre	Semestre	Época
Cacifos		5,00 €	14,00 €	25,00 €	40,00 €
OUTROS SERVIÇOS					
Teste para Carta de Marinheiro					15,00 €
Festas de Aniversário (mínimo 10 crianças)					12,00€ p/ criança
		1 utilização	1 semana	2 semanas	
Cursos de Verão		3,50 €	20,00 €	30,00 €	
Atelier Splash					80,00 €
Atividades de Família (2 p)		10,00 €			
		a partir do escalão C	escalão B	escalão A	
ATL		150,00 €	100,50 €	60,00 €	

PRODUTOS	
EQUIPAMENTO DESPORTIVO	
T-shirt	15,00 €
Polo	20,00 €
Sweater Criança	26,00 €
Sweater Adulto	30,00 €
Casaco	45,00 €
Calção Criança	13,00 €
Calção Adulto	16,00 €
Fato Treino Criança	42,00 €
Fato Treino Adulto	45,00 €
Touca Silicone Premium	8,00 €
Mochila	60,00 €
ARTIGOS	
Óculos (Criança/Adulto)	8,00 €
Touca de Lycra (Hidrobike/Bebés)	4,00 €
Touca de Silicone	5,00 €
Touca de Conforto	7,00 €
Cadeado	8,00 €
Cachecol	12,00 €
Fita Identificador	5,00 €
Toalha Ginásio	10,00 €
Garrafa	10,00 €
Leque	5,00 €
Panamá	10,00 €
Parasol	10,00 €