



Viva o seu tempo livre.

## DESPORTO

## Aulas de Pilates (Lisboa)

**Novidade**  
Abertura de nova aula



### Programa

*“Os benefícios do Pilates só dependem da execução dos exercícios. As instruções devem ser seguidas com fidelidade”.*

**Se nunca praticou venha praticar.** Comprove os enormes benefícios para a sua saúde! **Se já pratica não precisa de explicações.** Sabe bem quais os benefícios que tem sentido por praticar o Pilates!

**Novidade** – Indo de encontro às necessidades dos sócios abrimos 1 nova aula - 6ª feira - 12h30 (1/semana) -

**Não perca mais tempo, clique em - Ficha de Inscrição**

### Local Data / Hora

Calçada Palma de Baixo (Edifício Palma), 6-A Lisboa

- ❖ 2 aulas /semana -> 3ªf e 6ªf das 11h30 às 12h30
- ❖ **(NOVO)** 1 aula/semana -> 6ªf das 12h30 às 13h30 (Início a 2 de novembro de 2019 e fim a 17 de julho de 2020)

### Custos

Pilates	1 x semana (novo)	2 x semana
<b>Horários</b>	6ªf das 12h30 às 13h30	3ªf e 6ªf das 11h30 às 12h30
<b>Custos Sócios</b>	10,00 €	20,00 €
<b>Custos Convidados</b>	12,50 €	25,00 €

### Diversos

**Inscrições abertas até 28 de outubro**  
Débitos de novembro de 2019 a julho de 2020

Não é válida nenhuma inscrição não confirmada pelo Clube Millennium bcp.

**- A desistência, após a confirmação da respetiva inscrição, implica o pagamento pelo seu custo real -**

## FICHA DE INSCRIÇÃO

e-mail: [clubemillenniumbcp@millenniumbcp.pt](mailto:clubemillenniumbcp@millenniumbcp.pt)

Tel. internos - Delegação Norte: 7040070 | Delegação Sul: 7131020  
Calçada de Palma de Baixo, 6A (Edif. Palma) • 1600-176 LISBOA • Tel. 211 131 020 • Fax. 211 101 234  
Rua Sá da Bandeira, 135 • 4000-433 PORTO • Tel. 220 040 070 • Fax. 220 023 992

[www.clubemillenniumbcp.pt](http://www.clubemillenniumbcp.pt)