

Programa

Início: setembro de 2021

Fim: junho de 2022



O *Karate* é uma atividade desportiva com múltiplos benefícios para os seus praticantes, ao nível físico, psíquico e social. Promove a disciplina, autoestima, perseverança, agilidade, forma física, flexibilidade, potência, velocidade, controlo...

**Local
Data/Hora**

Pavilhão do Grupo Cultural e Desportivo dos Empregados do Banco Pinto & Sotto Mayor.

Rua das Oliveiras, 340 – Vila Nova de Gaia.

**Segundas-feiras: 20h00 às 21h00;
Sextas-feiras: 20h00 às 22h00.**

Para mais informações, contactar:

Instrutor: *Sensei* Carlos Rodrigues – 4º *Dan*; Telefone 220 040 882

Extensão 7040882; Email: crodrigues@millenniumbcp.pt

Seccionista: Júlio Pinto – Email: julio.pinto@millenniumbcp.pt

Custos

Mensalidade: €17,50 (Sócios) / €22,50 (Convidados).

Débito mensal de setembro de 2021 a junho de 2022. Não são permitidas desistências.

Diversos

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



Só serão válidas as inscrições confirmadas pelo Clube Millennium bcp

FICHA DE INSCRIÇÃO