



## DESPORTO

## KARATE - NORTE

**Início: Setembro 2023**

**Fim: Junho 2024**



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...

Instalações do Clube Millennium bcp:  
Rua Sá da Bandeira, 135 – Porto.

**Local**  
**Data/Hora**

**Terças-feiras: 19h00 às 20h30;**  
**Sextas-feiras: 19h00 às 20h30.**



Para mais informações, contactar:  
Instrutor: *Sensei* Carlos Rodrigues – 4º *Dan*; Telefone 220 040 882  
Extensão 7040882 | Email: [crodrigues@millenniumbcp.pt](mailto:crodrigues@millenniumbcp.pt)  
Seccionista: Júlio Pinto | Email: [julio.pinto@millenniumbcp.pt](mailto:julio.pinto@millenniumbcp.pt)

**Custos**

**Mensalidades:**

**Sócios: 20,00€.**

**Convidados: 25,00€.**

Débito mensal de setembro de 2023 a junho de 2024.

**Diversos**

Não são permitidas desistências.  
A realização das aulas está sujeita a um número mínimo/máximo de inscrições.



Só serão válidas as inscrições confirmadas pelo Clube Millennium bcp

**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)