HORÁRIO UNIVERSIDADE SÉNIOR 2026/2027

A Beneficência Familiar
ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DESDE 1877

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
MANHÃ	Ginástica 10:00 - 10:50 Psicologia e Mente Ativa 10:00 - 11:30 Hidroterapia 11:30 - 12:15 Italiano 11:30 - 12:30	Pilates 9:30 - 10:15 Pilates 10:30 - 11:15 Informática 1 10:30 - 11:45 História das Religiões 10:00 - 11:00 História das Religiões 11:00 - 12:00	Danças de Salão 10:20 - 11:50 Yoga 11:50 - 12:50 Francês 11:30 - 13:00	Pilates 9:30 -10:15 Terapias e Massagens 10:30 - 11:30 Taichi 11:30 - 12: 30	Descobrir o Porto 10:00 - 12:00 Hidroterapia 11:20 - 12:05
TARDE	Inglês Nível 2 14:00 - 15:30 Artes Manuais 15:45 - 17:15	Treino de Força 14:30 - 15:30 Informática 2 14:30 - 15:45 Músicas do Mundo 15:30 - 16:30 Taichi 16:15 - 17:15	Inglês Nível 1 14:00 - 15:30	Inglês Nível 2 14:00 - 15:30 Por Trás do Ecrã: Internet sem Medos 15:30 - 16:30	Treino de Força 14:30 - 15:30

ASSOCIADOS ABFAMILIAR:

Preço Unitário Disciplina G. 1:	12,50€
Preço Unitário Disciplina G. 2:	15€
Preço Unitário Disciplina G. 3:	20€

CÔNJUGES ASSOCIADOS ABFAMILIAR E ASSOCIADOS OUTRAS INSTITUIÇÕES

Preço Unitário Disciplina G. 1:	17,50€
Preço Unitário Disciplina G. 2:	20€
Preço Unitário Disciplina G. 3:	25€

Joia de inscrição (inclui o seguro escolar): 10€ // Aquando da inscrição, será necessário o pagamento de uma caução de 10€
(que será descontada na mensalidade do mês de Junho, em caso de não desistência).