

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO
MAPA DE RESUMO DAS ACTIVIDADES E PREÇARIO PARA 2011

1 - ACTIVIDADES REGULARES

A) – FITNESS / GINÁSTICA

Actividades no GYMart Campanário

2ª FEIRA		3ª FEIRA		4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA	
15h00 15h45	Grupo Mimos	15h00 15h45	Grupo Sorrisos	15h00 15h45	Grupo Mimos	15h00 15h45	Grupo Sorrisos		
	Micaela		Micaela		Micaela		Micaela		
15h45 16h30	Grupo Convívio	15h45 16h30	Grupo Abraços	15h45 16h30	Grupo Convívio	15h45 16h30	Grupo Abraços		
	Micaela		Micaela		Micaela		Micaela		
18h00 18h50	Local light	18h30 19h20	Fitball	18h00 18h45	Local Light	18h30 19h15	Circuit Class	18h30 19h15	Pilates
	Sandra		Micaela		Micaela		Micaela		Micaela
19h00 19h50	STEP	19h30 20h20	Step/ABS	19h00 19h45	Dance Local	19h30 20h45	Fitball/ SGA		
	Sandra		Micaela		Micaela		Micaela	Micaela	

➤ **LAR DA TABUA (Ginástica de Grupo Sénior):**

Prof.ra Micas (Segunda das 17H às 17H45; Quinta das 11H às 11H45)

IDOSO ACTIVO EM CASA (ACTIVIDADE FISICA INDIVIDUALIZADA EM CASA)

Utentes/Dias Técnico	Manuel (Adega)	Teresa Dias G. (Sá R.Brava)	Manuel (L.Serra)	Celeste Pereira (Amoreira)	Júlia Gonçalves (Jardim)
Micas	3ªfeira 16H45 6ªfeira 16H	4ªfeira 17H 6ªfeira 14H	6ªfeira 15H		
Sandra			2ªfeira – 16H	4ªfeira 11H30 Sábado 12H	5ªfeira 8H30 Sábado 11H

Tabela de preços (mensalidade):

Modalidade	Fitness				Ginástica Sénior 2x Semana	Idoso Activo em Casa 2x Semana
	1 x	2x	3x	Livre trânsito		
Sócio ADC	12€	22€	28€	35€	10€	60€
Não Sócio	13€	27€	33€	40€	15€	62,5€
Grupo Institucional	Lar da Tabua – Ginástica de Grupo Sénior - 120€/Grupo					

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO**MAPA DE RESUMO DAS ACTIVIDADES E PREÇARIO PARA 2011****1 - ACTIVIDADES REGULARES****B) – ACTIVIDADES NA PISCINA DA RIBEIRA BRAVA**

<i>Técnico</i>	<i>Dias Horários</i>	<i>Tipo Natação</i>	<i>Mensalidade (sócio ADC/Não sócio)</i>
<i>Prof. Manuel</i>	Quartas e Sextas 10h - 11h	Adultos Aprendizagem /Aperfeiç.	25€/27,5€ +Transp. 15€/17,5€
<i>Prof. Drumond</i>	Quartas 11h – 12h	Idosos Hidro-Natação	15€ /20€ Inclui transporte ADC
GRUPOS DE INSTITUIÇÕES (PACOTES)			
Prof. Drumond / Manuel	4ª-Feira 11h-12h	Creche Campanário Pré – Corujeira	22,5€ c/ Transp.

2 – ACTIVIDADES SISTEMÁTICAS

<i>Actividade</i>	<i>Frequência</i>	<i>Custo Sócio ADC</i>	<i>Custo Não Sócio</i>	<i>Observações</i>
Passeios Temáticos	1 por Mês	Por passeio / 9€	Por passeio / 10€	Inclui transporte, bebida e visita*
Passeios a Pé pela Ilha	1 por Mês	Por passeio / 9€	Por passeio / 10€	Transporte incluído
Caminhada Nocturna (1H de caminhada)	1 por mês	Por passeio / 2€	Por passeio / 2,5€	Fora do concelho Inclui Transporte
Passeios / Visitas do Núcleo do Lugar da Serra e Terreiros	3 por mês	De dia na Semana /1€ à noite Semana /1€ Domingo à tarde/ 4€	De dia na Semana / 1€ à noite na Semana/1,5€ Domingo à tarde / 5€	C. Comum. L. Serra ADC – L. Serra ADC – L. Serra
Canoagem e Desp. Nauticos	Ocasional <i>por marcação</i>	Por Sessão / 5€	Por Sessão / 10€	Praia Ribeira Brava (Domingo Manhã)

Notas: * Salvo programa específico com outro preço;

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO
MAPA DE RESUMO DAS ACTIVIDADES E PREÇARIO PARA 2011

3 – EVENTOS PONTUAIS

A) – AVENTURA NO PORTO SANTO

28 e 29 DE MAIO DE 2011
<i>PROGRAMA DESTINADO PRIORITÁRIAMENTE A RESIDENTES OU NATURAIS DO CONCELHO DA RIBEIRA BRAVA COM IDADE IGUAL OU MAIOR A 60 ANOS</i>

Alojamento Hotel Praia Dourada (Total = 90 participantes)	Preço para Sócio ADC	Preço para Não Sócio
QUARTOS DUPLOS (2 Pessoas)	90€	95€
QUARTOS TRIPLOS (3 pessoas)	87€	92€

B) – FÉRIAS DESPORTIVAS 2011

Programa	Público alvo	Data de realização	Preço Sócio ADC	Preço Público em Geral
Programa Férias Desportivas 2011	Crianças dos 6 aos 15 anos	11 Julho a 5 Agosto	10€	10€
Programa 20 anos FD	Ex-participantes nas FD maiores de 15 anos	6 de Agosto todo o dia	25€*	30€*

Nota: * por confirmar

4 – SECCÃO DE BASEBOL

Modalidade de Recreação e Lazer integrando 4 equipas na AD Campanário, com treinos e jogos (oficiais e particulares) aos domingos e feriados no Campo Municipal da Adegas – Campanário.

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Taxa de inscrição anual por equipa de 400€ (Possibilidade de pagamento trimestral de 100€) ➤ Taxa individual por atleta – quotas de sócio 2011 ou Taxa de 20€/atleta/ano |
|---|

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO
MAPA DE RESUMO DOS SERVIÇOS E PREÇARIO PARA 2011

A) - ALUGUER DAS CASAS DO CALHAU DA LAPA

Tarifas / Tipologia		Rés-do-Chão (2 beliches)	1º andar (2 beliches)	1º andar (Casal)	Total 1º andar	Total Casa
ÉPOCA ALTA Junho a setembro	Sócio ADC	12,5€	15€	12,5€	25€	35€
	Não Sócio	15€	17,50€	15€	30€	40€
EPOCA BAIXA Outubro a Maio	Sócio ADC	10€	12,50€	10€	20€	30€
	Não Sócio	12,50€	15€	12,50€	25€	35€

Notas Importantes: Nos meses de Janeiro até a Páscoa e de Outubro a Dezembro, acresce uma Taxa de 25€ por grupo/estadia para participar a deslocação e trabalho de limpeza do elemento responsável pela manutenção da limpeza das casas e Calhau da Lapa.

- No São João (23 e 24 de Junho), é dada preferência aos pedidos realizados pelas pessoas que levam o Espírito Santo ao Calhau segundo a tradição.

B) - CENTRO DE CÓPIAS E DIGITALIZAÇÃO ADC

FOTOCÓPIAS E FOTOS (mate ou brilhante)	Impressão	A4 preto	A3 preto	A4 Cor	A3 Cor
	1 lado	0,10€*	0,20€*	0,50€	1€
	Frente/verso	0,20€*	0,40€*	1€	2€

Nota: * desconto de 50% para estudantes/professores, Sócios ADC e grandes quantidades (+500 cópias)

DIGITALIZAÇÃO	1 a 19 digitalizações ou Manual	20 a 100 digitalizações + DVD*	101 a 250 digitalizações + DVD*	+ 250 digitalizações + DVD*
	0,80€/cada	10€+2,5€* = 12,5€	15€+2,5€* = 17,5€	20€+2,5€* = 22,5€

Nota: * Opcional (traz ou compra)

IMPRESSÃO DE CARTÕES	Impressão	1 a 10	11 a 50	51 a 100	+100
	1 lado	3€/cada	2,5€/cada	2€/cada	1,5€/cada
	Frente/verso	6€/cada	5€/cada	4€/cada	3€/cada

Nota: Cartão de Sócio ADC custa 5€

C) – VANTAGENS MADEIRA MEDICAL CENTER

Para sócios ADC com quotas pagas, mediante apresentação do respectivo cartão:

- | |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ➤ Consultas de Clínica Geral a 25€ (com recibo) no Madeira Medical Center (Mercado) com Dr. Paulo Gouveia ➤ Desconto de 10% em todos os serviços prestados pelo Grupo MMC |
|--|

D) – ALUGUER DE VIATURAS E TRANSPORTES

Tipologia da viatura	Lugares para Transporte	Custo do Aluguer Mínimo ao Turno (Manhã ou Tarde)	Preço Comercial
Toyota Optimos	27 lugares normais 24 crianças menores 12 anos	75€/turno em dia úteis 100€/turno ao Fim-de-semana	1,5€/Km 7,5€/H espera
Iveco	16 lugares normais 13 crianças menores 12 anos Até 5 cadeiras de rodas*	70€/turno em dia úteis 90€/turno ao Fim-de-semana	1,5€/Km 7,5€/H espera
Toyota Hiace NU	8 Lugares normais 6 crianças menores 12 anos	60€/turno em dia úteis 80€/turno ao Fim-de-semana	1,5€/Km 7,5€/H espera
Toyota Hiace QI	8 Lugares normais 6 crianças menores 12 anos	60€/turno em dia úteis 80€/turno ao Fim-de-semana	1,5€/Km 7,5€/H espera

> **Acordo Institucional com Escola do 2º e 3º Ciclos do Campanário para Transportes da Natação** com Toyota 27 lugares por **50€/serviço (ida e volta)**.

> **Transportes Escolares da Pré e 1º Ciclo do Campanário** (sem comparticipação) – **25€/Mês /Criança**