

AmaSénior Viva+

AULAS HIDROSÉNIOR

PISCINAS MUNICIPAIS



AMADORA
Cidade

De outubro a julho e com mensalidades até €20

Hidroginástica

2 vezes por semana, para munícipes com 55 ou mais anos.

Equipamento necessário:

Fato de banho de natação, chinelos, toalha e touca.

Informações e inscrições

Câmara Municipal da Amadora - DEDES/Divisão de Intervenção Social

Telef.: 214 369 053

Fax: 214 920 577

E-mail: accasocial@cm-amadora.pt

Site: www.cm-amadora.pt

Documentos para a inscrição

Cópias de: cartão de cidadão (ou bilhete de identidade ou autorização de residência), cartão de contribuinte e comprovativos de rendimentos.

Atestado médico ou **termo de responsabilidade**, comprovativo de inexistência de qualquer contra-indicação para a atividade física em meio aquático.