



GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE ADESÃO
PARA EMPRESAS

A NOSSA OFERTA

Aulas de Grupo

(TRX, HIIT, Zumba, Localizada, Pilates, Yoga, Alongamentos entre muitas outras)

Sala de Exercício

(Cardiofitness e Musculação)

Programas Especiais (Gestão e Controlo de Peso, Doença Cardíaca, Obesidade Infantil, Diabetes e Cancro da Mama)

Sala de Avaliação e Aconselhamento Técnico (Avaliação e prescrição de treino grátis)

Treino Personalizado

Clube da Corrida GCP

Padel, Ténis (aluguer de campo e aulas) **e Futebol**

Classes Desportivas de Formação, Representação e Competição
(a partir de 1 ano de idade)



A NOSSA OFERTA

Mega Aulas e Workshop gratuitos

Férias Desportivas (Páscoa e Verão)

Festas de Aniversário

(jogos, insufláveis e muito mais)

Clube Oxigénio (O2)

(Caminhadas, Visitas Orientadas, Viagens)

Consultas Psicologia e Nutrição

Parque de Estacionamento

(com 200 lugares)



A NOSSA OFERTA na Piscina Municipal de Campo de Ourique

Aulas de Natação (a partir dos 6 meses)

Utilização Livre, Pré-Competição e Masters

Hidroginástica

Treino Personalizado

(Adultos, crianças ou bebés)

Cursos Intensivos de Natação

(Férias da Páscoa, Verão e Natal)



PROPOSTA PROTOCOLO GCP CONDIÇÕES ESPECIAIS DE ADESÃO

- > Isenção de Jóia de Admissão (50€)
- > Isenção de Pagamento de Quota Anual de Sócio no ano da Nova Admissão*
- > Inscrição com Pagamento por Débito Directo mensal**
- > Campanha exclusiva ao Livre Trânsito Gold: acesso a todas as Aulas de Grupo, Cardiofitness e Musculação (Sala de Exercício), avaliações e prescrição de treino Gratuitas
- > Utilização em Regime Livre na Piscina Municipal de Campo de Ourique (Horário sob consulta)
- > Condições extensíveis a cônjuge e filhos menores
- > Possibilidade de pagamento anual faseado e com outros benefícios



* No Ano Civil seguinte à Admissão já exige pagamento. Consultar tabela no GCP (valor anual varia entre 30€ e 90€, pagamento por débito directo).

** Valores apresentados incluem um desconto entre 10% e 31% sobre o preço de tabela; Inscrição com possibilidade de suspensão ou cancelamento.

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE ADESÃO

Plano A – Pagamento Mensal SDD (Débito Directo)

		Mensal
PLANO A (PVP = 55€)	Livre Trânsito Gold* (16% desconto)	46€
	Livre Trânsito Gold Parcial** (27% desconto) (permanência limitada no Clube das 10h às 16h – exclusivo para empresas)	40€

* Acesso a todas as modalidades em horário total, incluindo Aulas de Grupo, Cardiofitness e Musculação e Utilização em Regime Livre na Piscina Municipal de Campo de Ourique (horário sob consulta); Inclui ainda acesso às Aulas de Pré e Pós-parto para futuras e recentes mães e ao Clube de Corrida GCP.

** Acesso a todas as modalidades, das 10h às 16h e fim-de-semana horário total, incluindo Aulas de Grupo, Cardiofitness e Musculação e Utilização Livre na Piscina Municipal de Campo de Ourique (horário sob consulta).

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE ADESÃO

Plano B – *Horário Total (Pagamento Anual)*

- > Desconto de 18% no Livre Trânsito Gold Anual
- > Possibilidade de Pagamento em 4 prestações (25%+25%+25%+25%)

PLANO B	Anual	Desconto	Valor a pagar
Livre Trânsito Gold*	605€	18%	495€

* Acesso a todas as modalidades em horário total, incluindo Aulas de Grupo, Cardiofitness e Musculação e Utilização em Regime Livre na Piscina Municipal de Campo de Ourique (horário sob consulta); Inclui ainda acesso às Aulas de Pré e Pós-parto para futuras e recentes mães e ao Clube de Corrida GCP..

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE ADESÃO

Plano C – *Horário Parcial (Pagamento Anual)*

- > Desconto de 31% no Livre Trânsito Gold Anual
- > Possibilidade de Pagamento em 4 prestações (25%+25%+25%+25%)

PLANO C	Anual	Desconto	Valor a pagar
Livre Trânsito Gold Parcial*	605€	31%	412,5€

* Acesso a todas as modalidades, das 10h às 16h e fim-de-semana horário total, incluindo Aulas de Grupo, Cardiofitness e Musculação e Utilização em Regime Livre na Piscina Municipal de Campo de Ourique (horário sob consulta).

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE ADESÃO

Plano D – *Programas Especiais*

- > Desconto de 10% nos Programas Especiais: Gestão e Controlo de Peso, Doença Cardíaca, Obesidade Infantil, Diabetes e Cancro da Mama*
- > Possibilidade de Pagamento Anual ser em 4 prestações (25%+25%+25%+25%)
- > Inscrição por 12 meses

PLANO D	Anual/Mensal	Desconto	Valor a pagar
Programa Especial Anual	990€	10%	891€
Programa Especial Mensal SDD	90€	10%	81€

*Acesso a todas as modalidades, em horário total, incluindo Aulas de Grupo, Cardiofitness e Musculação, Treino Personalizado, Acompanhamento Nutricional e Utilização em Regime Livre na Piscina Municipal de Campo de Ourique (horário sob consulta). [Inclui ainda acesso às Aulas de Pré e Pós-parto para futuras e recentes mães e ao Clube de Corrida GCP.](#) Mais informações na Recepção.

OUTRAS OFERTAS ESPECIAIS

> RESTAURANTE O GINÁSIO

Preço especial no menu de almoço (sopa + prato + bebida) >>> 7,70 euros

> Opções vegetarianas, jantares, serviço take away e entregas ao domicílio

> Facebook e Instagram com menus e outras informações: @oginasiorest

Mais infos: oginasiorest@gmail.com



> PADEL

Desconto de 10% em Aluguer de Campos e Aulas

6 Campos de Padel (3 cobertos e 3 descobertos)

Recepção própria, Loja, Bar e Esplanada

Mais infos: padel@gcp.pt | 969 068 036



GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS

PR. GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS, 1, 1250-111 LISBOA

TLF.: 213 841 580 | E-MAIL: marketing@gcp.pt | www.gcp.pt

Horário de funcionamento: 2ª a 6ª feira: 07h00 às 24h00 | Sábados: 09h00 às 20h00 | Domingos e feriados: 09h00 às 24h00