



PALMELENSE FUTEBOL CLUBE

JUDO

TURMAS, DIAS E HORÁRIOS



VEM PRATICAR JUDO NO PALMELENSE!

A PARTIR DE 18 DE OUTUBRO (GRATUITO em outubro)

SALA DE DESPORTO DA ESCOLA SECUNDÁRIA DE PALMELA

ESCALÕES ETÁRIOS/TURMAS	SEGUNDAS	TERÇAS	QUARTAS	QUINTAS
1 – 2015 a 2017	18h45 – 19h30		18h45 – 19h30	
2 – 2011 a 2014		18h45 – 19h30		18h45 – 19h30
3 – 2008 a 2010		19h45 – 20h45		19h45 – 20h45
4 – 2007 e antes	19h45 – 20h45		19h45 – 20h45	

Treinadora: **Luciana Souza** - Cinto Negro 3.º dan – Licença da Federação n.º 161.724

Contactos: **967 727 681** e judo.palmelensefc@gmail.com

Condições de participação (conforme as “Normas gerais” para o Judo em vigor):

1 - Inscrição anual (inclui o Seguro Desportivo obrigatório e a filiação na Associação Distrital de Judo de Setúbal) = **30,00 €** (nascidos em 2007 e depois) ou **40,00 €** (nascidos em 2006 ou antes); deve entregar um exame de avaliação médico-desportiva.

2 - Quota-atleta = **1,00 €/mês**.

3 A - Mensalidade = **25,00 €/mês** (se por “débito direto”) ou 27,50 €/mês (se por “pagamento na secretaria ou por transferência bancária”) – para DUAS AULAS/TREINOS POR SEMANA.

3 B - Mensalidade = **30,00 €/mês** (se por “débito direto”) ou 32,50 €/mês (se por “pagamento na secretaria ou por transferência bancária”) – para TRÊS AULAS/TREINOS POR SEMANA.

4 - Redução de 25 % no valor da mensalidade do segundo elemento do mesmo agregado familiar (irmã/ão, mãe ou pai).

5 - Redução de 50 % no valor da mensalidade do terceiro e elementos seguintes do mesmo agregado familiar (irmã/ão, mãe ou pai).