

Documentos Novas Inscrições

(A partir de 01/07/2024)

- ✓ Ficha de inscrição preenchida.
- ✓ Ficha de Autorização de Cedência de Dados.
- ✓ Tornar-se sócio de ANEA (20€ quota anual + 5€ joia).
- ✓ Pagamento 35€ (seguro + inscrição).

Documento Renovações

(A partir de 19/06/2024)

- ✓ Sócio com quotas em dia.
- ✓ Pagamento de 30€ (seguro + renovação).

Valores da Inscrição até 31 de Março de 2025

1º Pagamento: Mês + Inscrições/Renovação

2º Pagamento: Mês + 1/ 2 Julho

3º Pagamento: Mês + 1/ 2 Julho

4º Pagamento: Mês + 1/ 2 Junho

5º Pagamento: Mês + 1/ 2 Junho

Os pagamentos das mensalidades, deverão ser efetuados de dia 3 a dia 10 de cada mês de atividades, exceto se for por transferência bancária, que será até dia 7, caso o último dia de pagamento coincidir com domingos ou feriados, será prolongado o prazo respetivamente, até ao dia útil seguinte.

Os pagamentos deverão ser realizados na secretaria da ANEA, através de cheques, dinheiro, multibanco ou transferência bancária.

IBAN: PT50 0007 0017 00108400004 19.

No mesmo agregado familiar (casal e descendentes ou equivalente, que coabitem na mesma casa), a partir do 2º elemento e seguintes não pagam inscrição, apenas pagam o seguro e tem uma dedução de 5% na mensalidade. (Os descontos mencionados não são acumulativos).

Para pagamentos por época, o utente terá um desconto de 5%.

Calendário de Atividades

As aulas funcionam de 1 de setembro de 2024 até 31 de julho de 2025, sendo interrompidas, para além dos FERIADOS (nacionais e municipais) nos seguintes períodos:

- 24, 31 Dezembro 2024
- 1 a 31 de Agosto de 2025

Horários da Secretaria

De 3 a 10 de cada mês

2ª a 6ª Feira das 08H00 às 20H00

1º sábado de cada mês das 09H30 às 12H30.

A partir de dia 11 de cada mês

2ª a 5ª feira das 08h00 às 19h00

6ª feira das 08h00 às 19h30

Morada da ANEA

Rua de Platão, nº147 – Zambujal

2785-698, São Domingos de Rana

Telefone: 214 549 200

Telemóvel: 914 953 057 / 912 246 154

E-mail: anea@anea.org.pt

E-mail: secretaria@anea.org.pt

Endereço: www.anea.org.pt

Associação
Nacional da
Espondilite
Anquilosante



**ÉPOCA
2024/2025**

PISCINA

[Piscina terapêutica com
temperatura da água 32º graus](#)

GINÁSIO

CONSULTAS

FISIOTERAPIA

Bebés (6 meses aos 3 anos)

1x semana	40,00€	Sábado
		10:30/11:00
		11:00/11:30

Classes de natação (3 anos aos 13 anos)

1x semana	39,00€	Sábado
2x semana	45,00€	9:00/09:45
3x semana	50,00€	9:45/10:30
	2ª a 6ª	10:30/11:15
	17:15/18:00	11:15/12:00
	18:00/18:45	
	18:45/19:30	

Natação adultos (a partir dos 14 anos)

1x semana	39,00€	2ª e 4ª
2x semana	45,00€	19:30/20:15
3x semana	50,00€	3ª e 5ª
		19:00/19:45
		6ª
		19:45/20:30
		Sábado
		11:30/12:15

Pack Natação 5 Aulas 140,00€ Natação

Individual Aula 30,00€

Hidroginástica (14 aos 65 anos)

1x semana	43,00€	2ª e 4ª e 6ª
2x semana	48,00€	13:15/14:00
3x semana	50,00€	19:00/19:45
4x semana	55,00€	3ª e 5ª
		19:45/20:30

Natação livre (a partir dos 14 anos)

10 senhas	45,00€	Horário
20 senhas	85,00€	complementar
30 senhas	117,00€	

Hidrosénior (a partir dos 65 anos)

1x semana	34,00€	2ª a 6ª
2x semana	45,00€	8:30/9:15
3x semana	48,00€	9:15/10:00
4x semana	55,00€	10:00/10:45
5x semana	61,00€	15:00/15:45
		2ª e 4ª e 6ª
		12:15:/13:00

Treino Cardiovascular (a partir dos 14 anos)

1x semana	30,00€	3ª e 5ª
2x semana	37,00€	17:15/18:00
	2ª e 4ª	18:00/18:45
	11:15/12:00	

Pilates (a partir dos 14 anos)

1x semana	39,00€	3ª e 5ª
2x semana	44,00€	13:00/13:45
		19:30/20:15
		20:15/21:00

Pack

1x Natação + 1x Ginásio	52 €
1x Natação + 1x Hidro	73 €
1x Natação + 1x Pilates	67 €
2x Natação + 1x Pilates	72 €
2x Natação + 1x Ginásio	59 €
1x Hidro + 1x Ginásio	54 €
1x Hidro + 1x Pilates	71 €
2x Hidro + 1x Ginásio	61 €
2x Hidro + 1x Pilates	74 €
2x Hidro + 2x Pilates	83 €
1x Ginásio + 1x Pilates	50 €
2x Ginásio + 2x Natação	70 €
2x Ginásio + 1x Hidro	67 €
2x Ginásio + 2x Pilates	67 €
2x Ginásio + 1x Pilates	62 €

Após consulta de Fisiatria Reabilitação e Correção Postural (a partir dos 14 anos)

1x semana	43,00€	3ª e 5ª
2x semana	52,00€	10:15/11:00
		11:00/11:45

Natação Adaptada (todas as idades)

1x semana	85,00€
2x semana	122,00€
3x semana	162,00€

Consultas e Fisioterapia

Fisiatria:

| 1ª consulta: 65€
| seguintes: 55€ | sócios + 6 meses 45€

Reumatologia:

| 1ª consulta: 75€
| seguintes: 65€ | sócios + 6 meses 60€

Fisioterapia e Hidrocinesioterapia:

É necessário marcar uma consulta de fisiatria nas instalações; preços variam conforme a prescrição médica e subsistema de saúde.

Psicoterapia e Acupuntura (para mais informações, contacte a secretaria)

Após consulta de Fisiatria

Aulas E.A

1x semana	37,00€	2ª e 4ª
2x semana	62,00€	19:30/21:00

3ª e 5ª	Sábado
10:00/11:30	10:00/11:30