

VAGAS GINÁSIO TENENTE VALADIM - PORTO

INFORMAM-SE OS ASSOCIADOS DO CLUBE PORTUGAL TELECOM – ZONA NORTE, QUE SE ENCONTRAM
ABERTAS INSCRIÇÕES PARA VAGAS NAS AULAS DO GINÁSIO,
 NO EDIFÍCIO DE TENENTE VALADIM – PORTO, CONFORME MAPA ABAIXO:

HORA	SEG.	TER.	QUA.	QUI.	SEX.
08H45	MANUTENÇÃO 10 VAGAS	PILATES 12 VAGAS	MANUTENÇÃO 10 VAGAS	PILATES 12 VAGAS	MANUTENÇÃO 10 VAGAS
12H30	MANUTENÇÃO ESGOTADA	AERÓBICA 11 VAGAS	MANUTENÇÃO ESGOTADA	AERÓBICA 11 VAGAS	MANUTENÇÃO ESGOTADA
17H15	IOGA 11 VAGAS		IOGA 11 VAGAS		IOGA 11 VAGAS
18H00				AULA DE MEDITAÇÃO (AULA NOVA)	
18H15	MANUTENÇÃO AULA LIVRE 9 VAGAS	KRAV MAGA 7 VAGAS	MANUTENÇÃO AULA LIVRE 9 VAGAS		MANUTENÇÃO AULA LIVRE 9 VAGAS + KRAV MAGA 7 VAGAS
19H30	KARATÉ 5 VAGAS		KARATÉ 5 VAGAS		

NOTA: AS INSCRIÇÕES SÃO LIMITADAS ÀS VAGAS EXISTENTES

INSCREVE-TE NA SECRETARIA DO CLUBE PT ZONA NORTE!!!

INDICAÇÃO: DA(S) AULA(S) A QUE SE INSCREVE, NOME,
 NÚMERO DE SÓCIO DO CPT (NÚMERO DE FUNCIONÁRIO) E CONTACTO.