



**EuroGymnico Health & Fitness**  
**Rua do Bom Jesus, C. C. Europa**  
**Nº 10, 4º Andar, S. 406**

**ORDEM DOS ENGENHEIROS TÉCNICOS**  
**Rua das Murças, 88 – 2º**  
**9000-058 Funchal**  
**A/C: Sr. Engº José Costa Gil**

## **Protocolo / Anexo I**

**Refº: 35/2012**

Vimos por este meio demonstrar o nosso interesse em atualizar o nosso protocolo com os vossos associados, lembrando que o mesmo é automaticamente renovado por iguais períodos, na ausência de denúncia de qualquer uma das partes, a qual deverá ser formalizada com antecedência nunca inferior a 30 dias, relativamente ao final do respetivo período de vigência.

Neste sentido, enviamos a atualização da tabela das nossas Serviços / Modalidades e Serviços Complementares / Parcerias.

Agradecemos desde já a divulgação da vossa parte, destas mesmas condições, a todos os vossos colaboradores.

- **Aguardamos a vossa CONFIRMAÇÃO / ACEITAÇÃO para o nosso Email:**  
**eurogymnico@portugalmail.pt**

Sem mais assunto e na expectativa da Vossa visita, reitero os meus cumprimentos

Funchal, 09 de Novembro de 2012

## Condições Gerais

- Horário de Funcionamento de 2ª a 6ª das 8:00 as 21:30 e sábados das 9:00 as 18:00
- Estacionamento gratuito entre as 13:00 e as 18:00 aos sábados, no C. C. Europa.

Estamos sempre disponíveis para esclarecer qualquer dúvida e/ou orientá-lo para o acompanhamento nos outros serviços do Ginásio.

## Modalidades / Serviços

<b><u>Cardio Fitness e Musculação</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Acompanhamento Técnico</li><li>- Prescrição do Exercício</li><li>- Planos de Treinos</li><li>- Treino Personalizado</li><li>- Treino Adaptado (Dos 12 aos 16 anos)</li></ul>	
<b><u>Aulas de Grupo</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Localizada</li><li>- Aeróbica</li><li>- Step</li><li>- Treino Intervalado</li><li>- Treino Funcional</li><li>- GAP</li><li>- Alongamentos/Trabalho Muscular</li><li>- Spinning</li><li>- Manutenção</li><li>- Ginástica Sénior</li><li>- Condicionamento Geral</li></ul>	<b><u>Avaliações da Condição Física</u></b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>Standard</i> Pressão Arterial, %Massa Gorda, Peso, Diâmetros Corporais;</li><li>- <i>TOP 25</i> Pressão Arterial, %Massa Gorda, Massa Muscular (kg), Densidade Óssea (kg), Metabolismo e Idade Metabólica, % Água, Diâmetros Corporais</li></ul>

Para além dos nossos serviços na área da atividade física, é nossa preocupação ir de encontro às necessidades/objetivos reais dos nossos sócios, de maneira a torná-los mais ecléticos e completos aliamos à atividade física serviços de massagem, nutrição, psicologia, fisioterapia e osteopatia.

É nosso entender que através da conciliação destes serviços poderemos atingir cada vez mais, um melhor e mais completo serviço.

Na tabela abaixo poderão consultar os serviços complementares com a tabela de preços especiais para sócios, e preços para não sócios.

<b>Serviços Complementares *</b>	<b>Sócios</b>	<b>Não Sócios</b>
<b>Fisioterapia / Osteopatia</b>	Sessão 30,00€ Sessão 25,00€ (Ate os 18 anos) Pacotes 5 Sessões Fisioterapia / Osteopatia 135,00€/112,50€ Pacotes 10 Sessões Fisioterapia / Osteopatia 260,00€/215,00€	
<b>Kinesiotape</b>	Tape por metro com aplicação 4,00€	
<b>Ligaduras Funcionais</b>	Áreas Pequena 10,00€ Áreas Grande 20,00€	
<b>Massagem Desportiva</b>	Sob Consulta	

\* Sem prejuízo no disposto anterior, os preços indicados em anexo poderão ser sujeitos a alterações, de acordo com possíveis incrementos de encargos financeiros adjacentes à prestação dos referidos serviços.

### **SERVIÇOS COMPLEMENTARES**

- |                           |                              |                         |
|---------------------------|------------------------------|-------------------------|
| ✓ Pré e Pós Parto         | ✓ Yoga                       | ✓ Consultas de Nutrição |
| ✓ Consultas de Psicologia | ✓ Defesa Pessoal – Taekwondo | ✓ Dança Recreativa      |
| ✓ Treino Manutenção       |                              |                         |