

NATAÇÃO		H.Azul (-15%)*	H.Normal
<b>Bebés dos 6 aos 36 meses</b>			
1 x semana	7,65 €	9,00 €	
2 x semana	13,60 €	16,00 €	
<b>4 aos 17 anos e mais de 60 anos</b>			
1 x semana	8,84 €	10,40 €	
2 x semana	15,30 €	18,00 €	
3 x semana	19,89 €	23,40 €	
<b>18 aos 59 anos</b>			
1 x semana	9,61 €	11,30 €	
2 x semana	17,00 €	20,00 €	
HIDROGINÁSTICA		H.Azul (-15%)*	H.Normal
1 x semana	9,61 €	11,30 €	
2 x semana	17,00 €	20,00 €	
3 x semana	21,17 €	24,90 €	
REabilitação aquática		H.Azul (-15%)*	H.Normal
Avaliação	—	9,84 €	
1 x semana	11,82 €	13,90 €	
2 x semana	20,91 €	24,60 €	
PRÉ E PÓS-PARTO		H.Azul (-15%)*	H.Normal
1 x semana	11,82 €	13,90 €	
2 x semana	20,91 €	24,60 €	
REGIME LIVRE		H.Azul (-25%)*	H.Normal
<b>6 aos 17 anos e mais de 60 anos</b>			
1 hora	—	1,80 €	
2 horas	—	2,70 €	
Pack 10 horas	9,15 €	12,20 €	
Pack 30 horas	20,73 €	27,64 €	
<b>18 aos 59 anos</b>			
1 hora	—	2,20 €	
2 horas	—	3,00 €	
Pack 10 horas	10,97 €	14,63 €	
Pack 30 horas	24,39 €	32,52 €	
CARTÕES DE ACESSO PRIVILEGIADO			
Aqua Azul Livre Trânsito*	20,12 €		
Aqua Livre Trânsito	26,83 €		

TURRISESTÚDIO	Preço c/desc.**	Preço normal
1 x semana	6,02 €	8,94 €
2 x semana	10,16 €	15,04 €
3 x semana	15,45 €	20,33 €
Cross Trainning (3 x semana)	10,16 €	15,04 €
Pilates Clínico/Yoga (1 x sem.)	9,76 €	12,20 €
Pilates Clínico /Yoga (2 x sem.)	16,26 €	20,33 €

\*\*descuento para familiares pertencentes ao mesmo agregado familiar de utentes das aulas das piscinas.

#### VALORES FIXOS PARA TODAS AS MODALIDADES

Cartão	4,07 €
Cartão 2.ª Via	5,39 €
Taxa inscrição anual	7,32 €

#### HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO\*

##### OUTUBRO A JUNHO

2.ª a 6.ª das 8h às 21h30  
sábado das 9h às 13h e das 15h às 18h  
[encerra aos domingos e feriados]

##### JULHO E AGOSTO

**PISCINA DE VERÃO //** 2.ª a 6.ª das 10h às 18h  
sábado e domingo das 9h às 18h30

##### REGIME LIVRE (TREINO E MANUTENÇÃO)

2.ª a 6.ª: 8h às 10h, 12h às 14h e das 18h30 às 20h  
sábado e domingo das 9h às 12h

##### RECEÇÃO

**PAGAMENTOS //** 2.ª a 6.ª das 8h às 21h

sábado das 9h às 13h e das 15h às 17h30

##### INSCRIÇÕES //

2.ª a 6.ª das 8h às 17h30

sábado das 15h às 17h

**\*NOTA SAÍDA DA ÁGUA 30 MINUTOS ANTES DO ENCERRAMENTO**

#### CONTACTOS

##### PISCINAS MUNICIPAIS FERNANDO CUNHA

Jardim das Rosas, 2350-444 Torres Novas

Coordenadas GPS: 39°28'52.5"N 8°32'20.9"W

Telefone: (+351) 249 839 170

Email: desporto@cm-torresnovas.pt

Facebook: desportomunicipiodetorresnovas



**escola  
municipal + turris  
estúdio  
de natação**

Piscinas Municipais  
Fernando Cunha  
TORRES NOVAS

**horários  
2025/2026**

**precários**  
OS PREÇOS INDICADOS INCLuem  
IVA À TAXA LEGAL EM VIGOR

RT2617-DTCMA-  
CAL-2025 (20/06/25)

MAIS INFORMAÇÕES, MODALIDADES E INSCRIÇÕES  
recepção das Piscinas Municipais · 249 839 170

\*Horário Azul: 2.ª a 6.ª das 8h às 17h | sábados das 15h às 18h

# Turris

## estúdio

### ÉPOCA 2025/2026

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
9h00	PILATES 1 45'		PILATES 1 45'		PILATES 1 45'
10h00					PILATES 1 45'
13h00	CROSS 1 30'		CROSS 1 30'		CROSS 1 30'
17h00			PILATES 1 45'		PILATES 1 45'
17h15	CYCLING 1 45'				CYCLING 1 45'
18h00	BODY&MIND 3 45'	G.A.P. 2 45'	PILATES 3 45'	BODY&MIND 3 45'	CIRCUITO 2 45'
		PILATES 3 45'		DANCE KIDS 2 45'	YOGA 3 45'
18h15	ZUMBA 1 45'	POWER 1 45'	LOCALIZADA 1 45'	CYCLING 1 45'	LOCALIZADA 1 45'
19h00	CIRCUITO 2 45'	TABATA+ABS 1 45'	CYCLING 1 45'	HIIT 2 30'	T. FUNCIONAL 1 45'
				ZUMBA 3 45'	YOGA 3 45'
					STEP 2 45'
19h15	LOCALIZADA 1 45'	STEP 2 45'	HIIT&PILATES 2 45'	POWER 1 45'	
19h30				YOGA 3 45'	
20h00	PILATES 3 45'			PILATES 3 45'	
20h15	CROSS 1 60'	CYCLING 1 45'	CROSS 1 60'	CROSS 1 60'	

### SÁBADO

10h15	LOCALIZADA 1 45'
	YOGA KIDS* 3 45'
11h15	CYCLING 1 45'
	* YOGA KIDS – 9 aos 24 meses
	** YOGA KIDS – 3 aos 6 anos

LEGENDA:  ESTÚDIO  DURAÇÃO

### ESTÚDIOS

ESTÚDIO – 1  
ESTÚDIO – 2  
ESTÚDIO – 3

### TIPO DE AULA

FORÇA  
FORÇA E CARDIO  
CARDIO  
BODY AND MIND

# escola municipal de natação

### NATAÇÃO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
<b>BEBÉS 6 AOS 24 MESES</b> (adaptação meio aquático)						10h00 11h00 15h45
						18h00
<b>BEBÉS 25 AOS 48 MESES</b> (adaptação meio aquático)						9h30 10h30 11h30 15h15 16h15
						18h30 18h45
<b>3 ANOS</b>						18h00 18h45
						10h00 10h45
<b>4 AOS 6 ANOS   nível A</b>	17h45 18h30 19h15	17h00 18h30 19h15	17h00 17h45 18h30 19h15	17h45 18h30 19h15	18h30	9h15 10h45 16h45
<b>4 AOS 7 ANOS   nível B</b>	18h00 18h45	18h00 18h45	17h45 18h45	17h45 18h00 18h45	18h30	9h30 16h45
<b>4 AOS 7 ANOS   nível C</b>			18h00		18h00	
<b>7 AOS 15 ANOS   nível A</b>	17h45 18h30 19h15	17h45 18h45 19h30	18h00	18h30 19h15	17h45 19h15	11h30 16h00
<b>8 AOS 15 ANOS   nível B</b>	18h00 18h45	18h00 18h45	18h30	18h00 18h45	18h00 19h30	10h00 15h15
<b>8 AOS 15 ANOS   nível C</b>	18h00	18h00	18h45	18h00	18h00	10h15
<b>8 AOS 15 ANOS   nível D</b>	18h45	18h45		18h45	18h45	11h00
<b>ADULTOS   nível A</b>		9h00 20h00				9h00 19h30
<b>ADULTOS   nível B</b>	20h00		19h15		9h45	
<b>ADULTOS   nível C</b>	20h00		20h00			
<b>HIDROGINÁSTICA</b>	9h00 9h45 12h45 15h00 19h30 20h15	9h45 12h45 20h15	9h00 9h45 12h45 15h00 19h30 20h15	9h00 9h45 12h45 15h00 19h30 20h15	9h45 10h30 12h45	12h00
<b>HIDRO DEEP</b>			19h30			
<b>REabilitação aquática</b>	15h45 16h30	8h15 9h00 14h30 15h15 16h00	15h45 16h30	15h45 16h30	8h15 9h00 15h00 15h45 16h30 19h15 20h00	

OS PRESENTES HORÁRIOS ESTÃO SUJEITOS A ALTERAÇÕES. CONSULTE EM:  
[cm-torresnovas.pt/index.php/viver/desporto/atividades/atividades-aquaticas](http://cm-torresnovas.pt/index.php/viver/desporto/atividades/atividades-aquaticas)