



## Horários

- **Dojo da Luz (Benfica)**

**Adultos:**

**Almoço --> Terça e Quinta 12h00-13h30**

**Tarde --> Terça e Quinta 20h00-21h15**

**Crianças: Segunda a Sexta das 18h30 até as 19h30**

- **Pista Atletismo Municipal Prof. Moniz Pereira**

**Segunda e quarta 20h15-21h30**

**Sábados 11h00-12h30 (Aikidô e Buki Waza- aula armas)**

## Quotas

*normal:* 35 €/mês, três aulas por semana.

*crianças:* 30 €/mês.

*reduzida* \*: 30 €/mês, três aulas semana.

*especial:* -> 330 € anualmente.

-> 180 € semestre.

**Aulas a vulso: 7 €.**

**Livre trânsito: 45 €/mês, possibilidade de assistir a todas as aulas da semana incluindo a aula de armas.**

---

\* Na reduzida fazem parte as pessoas desempregadas e estudantes com justificação.

\* Nos meses de verão, julho e agosto, haverá um horário mais reduzido de aulas.

\* As armas utilizadas são o Ken (sabre de madeira) e o Jo (bastão de aprox. 1,27m).

