



## **REGULAMENTO DESPORTIVO PARA A ÉPOCA 2026/2027**

### **Modalidades:**

**YOGA, LOCAL MIX, GINÁSTICA SÉNIOR, JU-JUTSU, JU-JUTSU INFANTIL, KENPO, KENPO INFANTIL, GIRLIE DANCE, PILATES, BODY & MIND MIX.**

---

### **I – INFORMAÇÕES GERAIS**

1. A frequência das diversas classes no Ginásio do CCDML está aberta a **sócios e não-sócios** do CCDML. Os sócios beneficiam de **condições especiais de preço**.
2. A participação está sujeita ao **limite máximo de vagas** definido para cada classe.
3. Os elementos do **agregado familiar dos associados** do CCDML beneficiam das **mesmas condições** aplicáveis aos associados.

---

### **II – INSCRIÇÃO**

3. A inscrição para as modalidades da época desportiva de 2025/2026 deve ser efetuada no **Pavilhão do CCDML**, localizado na Rua Teófilo Braga, em Loures, **a partir de 10 de setembro de 2026**, no horário das 12h00 às 21h00. No ato da inscrição, é obrigatória a entrega de **uma fotografia** e de um **termo de responsabilidade**, devidamente assinado pelo próprio ou pelo encarregado de educação, no caso de praticantes menores de idade, que ateste a inexistência de quaisquer contraindicações médicas para a prática da modalidade pretendida.
4. Não é permitido o início da frequência das aulas sem que a **inscrição esteja devidamente regularizada** e os pagamentos iniciais efetuados.

---

### **III – DURAÇÃO DA ÉPOCA DESPORTIVA E PERÍODOS DE INTERRUPÇÃO**

5. As aulas terão início **14 de setembro de 2026** e o encerramento da época desportiva será a **31 de julho de 2027**, salvo alguma interrupção decretada oficialmente.
6. Os períodos de férias e interrupções programadas são:
  - Férias escolares de Natal.
  - Segunda e Terça-feira de Carnaval.
  - Férias escolares da Páscoa.
7. O Pavilhão estará encerrado nos feriados nacionais e no feriado municipal.
8. As aulas poderão ser **suspensas por um período máximo de 5 aulas por ano letivo** devido a:



- Obras de beneficiação dos equipamentos.
  - Formação profissional dos professores e técnicos.
  - Realização de provas ou eventos no pavilhão.
  - Outros motivos relevantes e de força maior. O CCDML compromete-se a comunicar a suspensão com um **mínimo de 2 dias úteis de antecedência**, podendo este prazo ser reduzido em situações de ocorrências imprevistas.
9. As aulas poderão ser **suspensas ainda por motivos alheios à vontade do CCDML**, sempre que tal se justifique para a salvaguarda da saúde, por interrupções no fornecimento de eletricidade, água ou outras razões consideradas ponderosas.
10. A suspensão de aulas, desde que limitada e justificada conforme os pontos 8 e 9, **não confere direito a qualquer dedução no pagamento ou a aulas de substituição**.

---

#### **IV – TAXAS DE INSCRIÇÃO E RENOVAÇÃO**

11. A **taxa de inscrição** para novos praticantes, em qualquer modalidade, é de **€30,00**, valor que já inclui o pagamento do seguro desportivo obrigatório (**€15,00**).
- **Nota:** Caso um praticante se inscreva em mais de uma modalidade, pagará apenas uma taxa de inscrição.
12. **Os sócios, na condição de novos praticantes, estão isentos de taxa de inscrição**, tendo de pagar apenas o valor do seguro obrigatório (**€15,00**).
13. A **renovação das inscrições**, para praticantes já inscritos na época anterior, deve ser efetuada **até 31 de outubro de 2026**, e tem o valor de **€15,00**, correspondente ao seguro obrigatório.
14. Se um praticante **não renovar a inscrição** por um período correspondente a uma época desportiva completa, será considerado um **novo praticante** no ato de uma futura inscrição, estando sujeito ao pagamento da taxa mencionada no ponto 11.

---

#### **V – MENSALIDADES E FORMAS DE PAGAMENTO**

15. As mensalidades das diversas modalidades são as seguintes:

| Modalidade        | Aulas Semanais | Sócios (€) | Não-Sócios (€) |
|-------------------|----------------|------------|----------------|
| Yoga              | 2 (duas)       | 18         | 25             |
| Pilates           | 2 (duas)       | 22         | 30             |
| Local Mix         | 2 (duas)       | 18         | 25             |
| Body & Mind Mix   | 1 (uma)        | 9          | 13             |
| Ju-Jutsu          | 2 (duas)       | 18         | 25             |
| Kenpo             | 3 (três)       | 18         | 25             |
| Ginástica Sénior  | 2 (duas)       | 6          | 6              |
| Girlie Dance      | 2 (duas)       | 20         | 25             |
| Ju-Jutsu Infantil | 2 (duas)       | 18         | 25             |
| Kenpo Infantil    | 2 (duas)       | 18         | 25             |



16. Será aplicado o valor de 50% das mensalidades nos casos específicos de praticantes que só façam 1 (uma) aula por semana.
17. O pagamento das mensalidades deve ser efetuado **mensalmente**, em qualquer dia útil, no **Pavilhão do CCDML**, das 12h00 às 21h00, entre o dia 1 e 8 de cada mês (a partir de setembro de 2027), de acordo com o seguinte calendário:

**Ano 2026:**

- **setembro de 2026:** Inscrição/Renovação + Mensalidade de setembro de 2026
- **outubro de 2026:** Mensalidade de outubro de 2026
- **novembro de 2026:** Mensalidade de novembro de 2026
- **dezembro de 2026:** Mensalidade de dezembro de 2026 + Um quarto da mensalidade de julho de 2027

**Ano 2027:**

- **janeiro de 2027:** Mensalidade de janeiro de 2027 + Um quarto da mensalidade de julho de 2027
  - **fevereiro de 2027:** Mensalidade de fevereiro de 2027 + Um quarto da mensalidade de julho de 2027
  - **março de 2026:** Mensalidade de março de 2027 + Um quarto da mensalidade de julho de 2027
  - **abril de 2026:** Mensalidade de abril de 2027
  - **maio de 2026:** Mensalidade de maio de 2027
  - **junho de 2026:** Mensalidade de junho de 2027
18. O pagamento das mensalidades deve ser realizado **mensalmente**, no local e horário indicados no ponto anterior.
19. Após o dia 8 de cada mês, ou no primeiro dia útil seguinte caso o dia 8 coincida com fim de semana ou feriado, o pagamento será considerado **fora de prazo** e será agravado em **€1,00 por cada dia de atraso**.
20. As inscrições realizadas após o início do ano letivo, desde que haja vaga nas aulas respetivas, implicarão o pagamento da taxa de inscrição ou renovação e do seguro.
21. Os praticantes que se inscrevam em **mais de uma modalidade** beneficiarão de um **desconto de 10%** nas mensalidades a pagar por cada modalidade adicional.
22. Os sócios com **3 ou mais elementos do agregado familiar** inscritos em qualquer modalidade beneficiarão todos de um **desconto de 10%** nas mensalidades a pagar.
23. Os praticantes estão **obrigados ao pagamento das respetivas mensalidades mesmo que não frequentem as aulas**, salvo em caso de:



- **Doença:** Justificada pela apresentação de documento comprovativo da impossibilidade de prática da modalidade (ex: atestado médico).
- **Motivo de força maior:** Devidamente justificado e sancionado pela Direção do CCDML.

24. Em caso de **desistência, não haverá lugar à restituição** de qualquer quantia já paga.

---

#### **VI – ACESSO E NORMAS DE CONDUTA NO GINÁSIO**

- 25. Os praticantes das diversas modalidades terão acesso ao Ginásio **apenas após comprovação de que possuem os pagamentos regularizados**.
  - 26. Por motivos de ordem pedagógica e para garantir a concentração nas aulas, **não é permitida a assistência às aulas por parte de acompanhantes**.
  - 27. Pais ou encarregados de educação que necessitem falar com os professores devem fazê-lo **apenas nos intervalos das aulas**.
  - 28. Não é permitida a entrada no Ginásio a pessoas estranhas às atividades desenvolvidas sem o **conhecimento e autorização dos funcionários** do CCDML.
  - 29. É **obrigatória a utilização de calçado adequado e exclusivo** para a prática desportiva dentro do Ginásio. Não é permitido o uso de calçado que venha da rua, de forma a garantir as melhores condições de higiene e segurança para todos os praticantes.
  - 30. É **estritamente proibido fumar e ingerir alimentos** em todas as instalações do Pavilhão.
- 

#### **VII – HORÁRIOS E CONTACTOS**

- 31. Os horários das aulas serão afixados no Pavilhão e no Escritório do CCDML. Estarão também disponíveis para consulta no site oficial do CCDML: **www.ccd-loures.pt**. Qualquer esclarecimento adicional pode ser obtido através dos telefones: **216 035 064 / 219 830 832**.
- 

#### **VIII – DISPOSIÇÕES FINAIS**

- 32. Em qualquer situação de omissão ou lacuna neste Regulamento, caberá à Direção do CCDML a respetiva apreciação e deliberação.
- 

**Loures, 10 de setembro de 2026**

**A Direção**