

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012



COBERTURA NACIONAL

ASSOCIAÇÃO LUSA DE YOGA - YOGA SAMKHYA - INSTITUTO

Av. 5 de Outubro
n.º 70, Gal. Esq
LISBOA

Tel. 217 802 810

yoga@yoga-samkhya.org

www.yoga-samkhya.org

DESCONTOS: 40% na taxa de

Inscrição e um Escalão no Valor das Mensalidades.

CENTROS DE YOGA:

ALBUFEIRA

CERRO DE ALBUFEIRA

Tel. 962 141 042

ALMADA

Tel. 212 741 110

AVEIRO

RIA AVEIRO

Tel. 234 482 084

BARREIRO

Tel. 212 071 357

CASCAIS

Tel. 214 866 048

COSTA DE CAPARICA

Tel. 212 910 026

ESTORIL

Tel. 214 649 032 / 917 846 374

FARO

Tel. 289 813 136

FÁTIMA

Tel. 919 992 495

LEIRIA

Tel. 244 837 788

LISBOA

ALVALADE

Tel. 919 992 495

AV. ROMA

Tel. 218 484 008

BALAKI GANESHA

Tel. 213 560 812

BENFICA

Tel. 217 710 691

KUNDALINI PRAKRTI MAHÁ SHAKTI

TEMPLE

Tel. 217 802 810

OLIVAIS

Tel. 214 020 509

RATO

Tel. 213 866 090

TELHEIRAS

Tel. 965 177 874

LAGOS

Tel. 969 149 639

MESSINES

Tel: 919 042 142

ODIVELAS

Tel. 913 261 262

OEIRAS

Tel. 214 407 206

OLHÃO

Tel. 289 702 494 / 925 431 539

PARANHOS

Tel. 919 488 898

PORTO

BHÁRATA

Tel. 220 130 750

QUINTA DO ANJO

Tel. 212 880 445

SEIXAL

Tel. 212 227 131

SESIMBRA

Tel. 212 232 101

SINTRA

CHAKRA

Tel. 219 244 952

VILA DO CONDE

Tel. 932 029 785

HOLMES PLACE

www.holmesplace.pt

DESCONTO (para os associados

do Montepio e seu agregado

familiar direto): 70% sobre a inscrição.

PONTOS DE DESCONTO:

ALGÉS

Tel. 808 201 820 / 214 152 620

algés@holmesplace.pt

AVEIRO

Tel. 808 201 220 /

234 346 051

aveiro@holmesplace.pt

BRAGA

Tel. 253 203 160

patricia.moura@holmesplace.pt

CASCAIS

Tel. 214 825 700

COIMBRA

Tel. 808 201 620

coimbra@holmesplace.pt

LISBOA

ALVALADE

Tel. 217 529 050

alvalade@holmesplace.pt

AMOREIRAS

Tel. 213 716 610

amoreiras@holmesplace.pt

AV. 5 DE OUTUBRO

Tel. 217 804 300

outubro@holmesplace.pt

AV. DA LIBERDADE

Tel. 213 260 900

AV. DEFENSORES DE CHAVES

Tel. 213 511 300

defensores@holmesplace.pt

MIRAFLORES

Tel. 214 129 100

PORTO

ARRÁBIDA

Tel. 223 778 700

arrabida@holmesplace.pt

BOAVISTA

Tel. 226 056 760

CONSTITUIÇÃO

Tel. 225 076 220

PORTO SALVO

QUINTA DA FONTE

Tel. 214 404 900

SINTRA

QUINTA DA BELOURA

Tel. 219 119 200

LOJA DAS EMPRESAS, PRODUTOS E SERVIÇOS PARA EMPRESAS, LDA.

Tel. 213 927 110

DESCONTOS (para qualquer modelo

que não esteja a ser comercializado

em exclusivo por outras instituições):

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

15% em bicicletas dobráveis e acessórios *DAHON*; 10% em bicicletas dobráveis e acessórios *BROMPTON*.

VIVAFIT - CENTROS DE BEM ESTAR E EMAGRECIMENTO

Lagoas Park, Edifício 8
PORTO SALVO
Tel. 210 087 860
www.vivafit.pt

DESCONTOS: 50% na inscrição;
10% nas mensalidades das opções VIVAFIT GOLD e VIVAFIT CIRCUITO.

Ginásios Vivafit:

ABRANTES

Tel. 241 332 059 / 917 028 867 /
963 560 479

AGUALVA

Tel. 214 322 453 / 964 454 771 /
939 352 615

ALBUFEIRA

Tel. 289 090 423 / 918 181 811 /
918 818 814

ALFRAGIDE

Tel. 214 719 312 / 913 610 256 /
913 610 257

alfragide@vivafit.pt

ALGÉS

Tel. 214 101 916 / 912 450 940

ALMADA

Tel. 210 824 188 / 966 664 561 /
919 950 322

ALVERCA

Tel. 219 576 526 /
968 680 445 / 914 572 614
alverca@vivafit.pt

AMADORA

Tel. 214 922 161 / 912 506 974 /
967 267 996

AMORA

Tel. 212 253 071 / 918 449 759
amora@vivafit.pt

ARRENTELA

Tel. 210 937 855 / 936 514 494 /
966 384 493

AVEIRO

Tel. 234 099 087 / 914 514 542

BAIXA DA BANHEIRA

Tel. 915 674 150 / 915 674 151

BARREIRO

Tel. 912 449 572

BEJA

Tel. 284 389 574 / 964 188 548

BOBADELA

Tel. 219 942 426 / 964 269 258 /
913 795 267

BRAGA

PARQUE
Tel. 253 683 294 / 910 514 665 /
967 521 642

TRIBUNAL

Tel. 253 090 998 / 967 466 327 /
915 603 115 / 936 111 438

CACÉM

Tel. 219 146 111 / 927 212 882

CACILHAS

Tel. 212 743 370 / 967 101 124 /
913 041 104

CALDAS DA RAINHA

Tel. 262 098 004 / 918 233 333

CARNAXIDE

Tel. 214 181 347 / 918 930 444 /
966 685 448

CARREGADO

Tel. 263 853 011 / 917 048 420

CASAL DE SÃO BRÁS

Tel. 214 918 195 / 934 918 195 /
960 002 280 / 915 264 342

CASCAIS - JUMBO

Tel. 210 968 376 / 919 105 131 /
917 116 014

CHARNECA DA CAPARICA

Tel. 210 992 426 / 918 242 233

COSTA DE CAPARICA

Tel. 910 514 290 / 910 514 291 /
910 514 292

COIMBRA - VALE DAS FLORES

Tel. 239 717 175 / 961 576 472 /
914 684 772

ÉVORA

Tel. 266 781 377 / 961 324 850 /
961 324 851

FAMALICÃO

Tel. 910 571 188 / 967 491 215

FARO

BOM JOÃO

Tel. 289 878 022 / 914 782 189 /
910 535 458

PENHA

Tel. 289 864 812 / 967 704 077 /
919 934 528 / 937 268 345

FEIJÓ

Tel. 210 963 654 / 918 027 707 /
918 027 708

FELGUEIRAS

Tel. 255 925 072 / 916 855 080 /
916 852 628

FIGUEIRA DA FOZ

Tel. 915 485 759 / 926 560 206

GÂNDARA DOS OLIVEIS

Tel. 937 515 160 / 1 / 2

GUIMARÃES

Tel. 910 514 676 / 961 785 024

LAGOS

Tel. 282 767 628 / 917 022 867 /
965 564 686

LEIRIA

Tel. 244 828 133 / 918 088 189

LINDA-A-VELHA

Tel. 214 151 076 / 914 681 674

LISBOA

ALCÂNTARA

Tel. 213 633 092 / 918 086 967 /
961 495 757

ALVALADE

Tel. 218 473 518 / 926 695 321

BELA VISTA

Tel. 218 590 538 / 910 592 014 /
963 401 798

BENFICA

Tel. 217 603 792 / 965 398 876 /
913 385 307

CAMPO DE OURIQUE

Tel. 213 879 209 / 913 085 659

CAMPO PEQUENO

Tel. 210 996 944 / 919 345 648 /
969 345 648

CHIADO

Tel. 210 962 391 / 913 610 792

COLUMBANO BORDALO PINHEIRO

Tel. 217 274 243 / 916 271 984 /
963 939 741

ESTADOS UNIDOS DA AMÉRICA

Tel. 218 473 047 / 914 081 003

ESTEFÂNIA

Tel. 213 526 008 / 918 305 131

GRAÇA

Tel. 218 885 188 / 917 482 396

INFANTE SANTO

Tel. 210 963 274 / 917 083 054

LARANJEIRAS

Tel. 217 272 151 / 916 207 247

LUMIAR

Tel. 217 598 192 / 913 610 603

OLAIAS

Tel. 211 918 850 / 961 883 782 /
914 710 201

OLIVEIS

Tel. 218 522 204 / 961 528 930

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

PARQUE DA NAÇÕES
Tel. 210 962 807 / 916 807 077 /
916 807 034

PICOAS
Tel. 213 526 049 / 919 307 853
PONTINHA

Tel. 210 964 454 / 918 276 221
RATO - PRÍNCIPE REAL
Tel. 915 134 278 / 961 835 404

RESTELO
Tel. 213 011 738 / 914 935 607
SÃO DOMINGOS DE BENFICA
Tel. 210 990 068 / 916 869 863

TELHEIRAS
Tel. 213 526 009 / 917 946 142
LOULÉ
Tel. 912 251 732

LOURES - INFANTADO
Tel. 219 833 456 / 918 027 583
MAFRA
Tel. 261 853 027 / 966 981 383

MAIA
Tel. 229 446 721 / 967 740 491 /
912 637 815
MASSAMÁ

Tel. 214 304 927 / 963 584 913
MATOSINHOS
Tel. 229 372 226 / 918 778 306 /
963 295 379

MEM MARTINS
Tel. 219 261 411 / 916 359 059
MIRATEJO
Tel. 210 878 725 / 968 713 951 /
914 318 018 / 934 452 647

MONTE ABRAÃO
Tel. 211 919 650 / 915 674 068 /
915 674 069

MONTIJO
Tel. 919 050 509 / 968 592 882 /
968 392 050
ODIVELAS
Tel. 219 318 557 / 913 610 592 /
914 171 626

**ODIVELAS - COLINAS DO
CRUZEIRO**
Tel. 219 339 468 / 913 203 100 /
913 202 512

OEIRAS
Tel. 214 460 707 / 918 139 914 /
968 622 389
OEIRAS - PALMEIRAS
Tel. 214 582 184 / 914 684 816 /
965 497 928

OUTEIRO DA POLIMA

Tel. 214 452 488 / 961 742 231 /
918 027 890

PAÇO D' ARCOS
Tel. 211 025 290 / 912 643 157 /
965 013 045

PAREDE
Tel. 214 534 517 / 918 185 672

PINHAL NOVO
Tel. 212 382 598 / 965 270 115 /
915 776 623

PONTA DELGADA
Tel. 296 384 392 / 917 119 493

PORTALEGRE
Tel. 933 311 511 / 910 943 294 /
910 943 299

PORTELA DE SINTRA
Tel. 210 936 373 / 916 058 360 /
916 058 364

PORTIMÃO
Tel. 963 773 722 / 927 329 891
PORTO

DAMIÃO DE GÓIS
Tel. 225 093 129 / 913 608 945
JÚLIO DINIS
Tel. 226 092 254 / 918 216 797 /
918 217 179

PÓVOA DE SANTA IRIA
Tel. 210 990 289 / 960 099 088 /
962 077 889

PÓVOA DE SANTO ADRIÃO
Tel. 210 966 641 / 915 669 129

PÓVOA DE VARZIM
Tel. 252 099 331 / 910 252 323
QUEIJAS
Tel. 210 963 620 / 916 855 680

QUELUZ
Tel. 211 914 725 / 915 673 869
RIO DE MOURO
Tel. 219 172 576 / 219 172 577 /
964 170 415 / 969 861 213

SANTA IRIA DA AZOIA
Tel. 219 567 093 / 918 027 580 /
918 027 581

SANTA MARTA DO PINHAL
Tel. 210 995 402 / 916 072 655 /
916 074 610 / 912 318 196

SANTARÉM
Tel. 243 333 155 / 918 258 873
**SANTO ANTÓNIO DOS
CAVALEIROS**
Tel. 219 886 098 / 969 169 339

SÃO JOÃO DO ESTORIL
Tel. 214 689 630 / 917 946 851 /

961 785 151
SÃO MARCOS
Tel. 915 673 980 / 915 673 919

SETÚBAL
ARANGUÊZ
Tel. 265 534 322 / 913 610 601 /
961 739 032

VANICELOS
Tel. 265 098 183 / 919 264 113
TOMAR
Tel. 249 094 277 / 913 630 192 /
927 719 286

TORRES NOVAS
Tel. 918 884 127 / 918 880 745
TORRES VEDRAS
Tel. 261 332 258 / 913 383 801 /
969 082 975

VIALONGA
Tel. 969 778 796 / 915 673 848
VILA FRANCA DE XIRA
Tel. 263 281 103 / 967 671 920 /
968 711 497

VILA NOVA DE GAIA
TRIBUNAL
Tel. 220 100 029 / 913 724 253 /
912 430 400

VILAR DO PARAÍSO
Tel. 227 117 694 / 919 988 866 /
961 742 802

VILA REAL
Tel. 910 943 693
VISEU
Tel. 232 010 151 / 963 488 613

ESPANHA
VIVAFIT BADAJOZ PRYCA
Tel. 924 257 982
VIVAFIT MOSTOLES - MADRID
Tel. 912 773 400

DISTRITO DE AVEIRO

FLY HIGH HEALTH CLUB
Gaveto da R. Dr. Alberto Souto com
a R. Senhora do Carmo, R/C
AVEIRO
Tel. 963 075 484
info@flyhigh-healthclub.com
www.flyhigh-healthclub.com

DESCONTOS: 75% no valor da inscrição;
10% nas seguintes modalidades:
Cardio-fitness, Musculação,
Aeróbica, Step, Localizada,

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

Alongamento, Spining, Aero-local, Power Local, Hidroginástica, Hidro-bike, Acquawalker, Natação Infantil, Nataçã-o para Bebés, Hidro Idoso e Mini-Pólo.

GIM TÓNICO - GINÁSIO

Rua 1.º Visconde da Granja
n.º 12 A, B e C
AVEIRO

Tel. 234 382 000

gimtonico@gimtonico.com

www.gimtonico.com

DESCONTOS: 40% na Taxa de Inscrição; 15% em todas as Atividades, fora das horas nobres, no sistema de pagamento mensal; 10% em todas as atividades, no sistema de pagamento mensal; e 5% em todas as atividades nos sistemas de pagamento trimestral, semestral e anual.

GINÁSIO KNOCK-OUT HEALTH CLUB

Rua Direita, n.º 22, R/C, Aradas
AVEIRO

Tel. 234 381188

www.ko-healthclub.com

geral@ko.healthclub.com

BENEFÍCIO: inscrição gratuita se o pagamento for efetuado por transferência bancária (*fidelização mínima de 12 meses*).

DESCONTOS: 50% na inscrição; 5% nas mensalidades para os pagamentos ao balcão (*sem fidelização obrigatória*) ou por cheque (*fidelização mínima de 6 meses*); 10% nas mensalidades para os pagamentos por transferência bancária (*fidelização mínima de 12 meses*).

GINASIUUS - GINÁSIO DE MUSCULAÇÃO

E ARTES MARCIAIS, LDA.

Rua Comendador Sá Couto, n.º 12
SANTA MARIA DA FEIRA
Tel. 256 365 715/ 934 000 411

BENEFÍCIO: avaliação física gratuita;
DESCONTOS: 50% na Joia de Inscrição; 20% no solário e no banho turco; 10% nos "Cartões Anuais" e "Cartões Livre Acesso".

GINASIUUS HEALTH CLUB

Av. Monte de Cima, n.º 117

PAÇOS DE BRANDÃO

Tel. 227 459 838

BENEFÍCIO: avaliação física gratuita;
DESCONTOS: 50% na Joia de Inscrição; 20% no solário e no banho turco; 10% nos "Cartões Anuais" e "Cartões Livre Acesso".

HEALTH CLUB COMPANHIA DO FITNESS

Av. Dr. Francisco Sá Carneiro

(*Pavilhão Galitos*) Vilar

AVEIRO

Tel. 234 481577

companhiafitness@teleweb.pt

DESCONTOS: 21% no "Cartão Global 17 Anual"; 17,5% no "Cartão Vip Anual".

DISTRITO DE BRAGANÇA

SHIVA ACADEMIA DE DANÇA

Rua de Vale Álvaro, Lote F

BRAGANÇA

Tel. 273 333 074

shiva.academia@gmail.com

www.shiva-academia.com

DESCONTO: 7% em todas as mensalidades; 15% no cartão SHIVA (*cartão de 12 sessões em qualquer modalidade*).

DISTRITO DE CASTELO BRANCO

HEALTH CLUB - NATURA CLUBE

Alameda Pêro da Covilhã

Apartado 371

COVILHÃ

Tel. 275 330 400

dircom@imb-hotels.com

www.imb-hotels.com

DESCONTO: 20% em todos os serviços do *Health Club*, com exceção dos tratamentos de estética e massagens e das aulas lecionadas no *Health Club*.

DISTRITO DE FARO

SERMAIS, LDA.

Hotel Paraíso de Albufeira

ALBUFEIRA

Tel. 289 590 035

info@sermais.com

www.sermiais.com

DESCONTOS: 90% na joia de inscrição; 15% nas mensalidades do cartão de sócio.

DISTRITO DE LEIRIA

HEALTH CLUB CORPO LIVRE

Rua de Ourém, Edif. Comercial

Leiricenter

LEIRIA

Tel. 244 811 562

DESCONTO: 10% sobre o preço de tabela praticado para o público em geral.

HEALTH CLUB S. FRANCISCO

Quinta do Cabeço, Apartado 1092

LEIRIA

Tel. 244 819 300

DESCONTO: 10% na inscrição (*incluindo a joia, quando a isso haja lugar*) e nos serviços.

OS PIMPÕES - SOCIEDADE DE INSTRUÇÃO E RECREIO

Rua Dr. Fernando Correia

CALDAS DA RAINHA

Tel. 262 877 740

pimpoes@netvisao.pt

www.geocities.com/sirpimpoes

DESCONTO: 10% em todas as atividades, com exceção da Escola Vocacional de Dança.

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

DISTRITO DE LISBOA

HEALTH CLUB SONHO CLUBE

Av. dos Engenheiros, Lote 13
VENDA DO PINHEIRO
Tel. 219 663 654

DESCONTOS: 20% em todas as modalidades praticadas das 8 às 17 horas; 10% em todas as modalidades praticadas a partir das 17 horas.

HEALTH CLUB TAGUS PARK

Núcleo Central 120, PORTO SALVO
Tel. 214 218 384

BENEFÍCIO: Oferta da 12.ª mensalidade no pagamento de 11 mensalidades consecutivas.

DESCONTO: 70% sobre o valor de inscrição.

HOMEM AO MAR – DIVE CENTER

Largo dos Arautos, Lote 2.06.08
Loja A, Parque das Nações
LISBOA
Tel. 218 945 114

joana.pereira@homemaomar.com
www.homemaomar.com

DESCONTOS (com exceção das promoções): 15% em todos os artigos da marca própria NAVA; 10% em todos os artigos das marcas exclusivas BARE, BEST DIVERS E IMERSION.

BENEFÍCIO: aluguer de equipamento grátis por um período de 3 meses, aos associados que tenham usufruído dos serviços de formação em mergulho no Homem ao Mar, a contar da data da conclusão da formação com aproveitamento, e desde que realizem as saídas de mergulho com o Homem ao Mar - Dive Center.

MALO CLINIC FITNESS LISBOA

Av. Combatentes, n.º 43, 1.º
LISBOA
Tel. 217 228 170
geral@maloclinicspa.com
www.maloclinics.com

BENEFÍCIOS: Oferta da jóia de inscrição;
DESCONTO: 20% na mensalidade.

SCLUB EQUILÍBRIO PERFEITO

Rua Cidade de Bolama
n.º 4, Loja 2.01
LISBOA
Tel. 218 531 524 / 929 055 315

DESCONTO: 40% no valor da inscrição; 10% no valor das mensalidades.

SPORT ALGÉS E DAFUNDO

Av. Combatentes da Grande Guerra
n.º 88
ALGÉS
Tel. 214 118 660

info@algesedafundo.pt
www.algesedafundo.pt

DESCONTO: 10% sobre o valor da mensalidade da atividade pretendida.

DISTRITO DO PORTO

ALTIS

Av. da Boavista, n.º 728
PORTO
Tel. 226 078 210
altis@altis.pt
www.altis.pt

DESCONTO: 10% em todos os produtos de venda ao público, exceto nos monitores de frequência cardíaca polar.

ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA PISCINA DOURIVAL

Rua Central de Olival, n.º 3897
OLIVAL VNG
Tel. 227 614 166

DESCONTO: 10% no valor da inscrição na Piscina.

CAMPO DE GOLF DE AMARANTE

Quinta da Deveza
FREGIM
Tel. 255 446 060
www.golfdeamarante.com

DESCONTO: 20% sobre os valores do Green Fee.

GESPAÇOS – GESTÃO DE EQUIPAMENTO DESPORTIVO E.M.

Rua Capitão da Praça
PAÇOS DE FERREIRA
Tel. 255 868 860

DESCONTO: 10% nas aulas de Natação, Hidroginástica, Karaté e Aeróbica, na Musculação, Sauna e Banho Turco.

GIMNOCEDRO – CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Rua António Rodrigues da Rocha
n.º 403
VILA NOVA DE GAIA
Tel. 227 116 273
info@gimnocedro.pt
www.gimnocedro.pt

DESCONTOS (nos contratos de adesão de seis meses): 50% na inscrição; 14% no cartão livre; 9% no cartão três vezes por semana.

GINÁSIO “ACADEMIA DE ARTES DO PORTO”

Rua do Bom Sucesso, n.º 263
PORTO
Tel. 226 078 570

DESCONTO: 10% nas mensalidades.

PREMIER HEALTH CENTER

Rua do Bom Sucesso, n.º 61, 3.º
PORTO
Tel. 226 076 589

DESCONTO: 10% em todas as atividades.

RTA – RIO TÂMEGA TURISMO E RECREIO S.A.

Lugar da Covelas
FREGIM
Tel. 255 410 044
desporto@tamegaclube.com
www.tamegaclube.com

DESCONTO: 10% no Parque Aquático, Tênis, Piscina de Ondas, Health Club, Solário, Estética e Massagem, Circuito de Manutenção, Ginásio e no Polidesportivo. *No Parque Aquático este desconto não se aplica durante o mês de agosto.*

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

DESCONTO: 10% nas aulas de Nataação, Hidroginástica, Karaté e Aeróbica, na Musculação, Sauna e Banho Turco.

GIMNOCEDRO - CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Rua António Rodrigues da Rocha n.º 403
VILA NOVA DE GAIA
Tel. 227 116 273
info@gimnocedro.pt
www.gimnocedro.pt

DESCONTOS (nos contratos de adesão de seis meses): 50% na inscrição; 14% no cartão livre; 9% no cartão três vezes por semana.

GINÁSIO "ACADEMIA DE ARTES DO PORTO"

Rua do Bom Sucesso, n.º 263
PORTO
Tel. 226 078 570

DESCONTO: 10% nas mensalidades.

PREMIER HEALTH CENTER

Rua do Bom Sucesso, n.º 61, 3.º
PORTO
Tel. 226 076 589

DESCONTO: 10% em todas as atividades.

RTA - RIO TÂMEGA TURISMO E RECREIO S.A.

Lugar da Covelas
FREGIM
Tel. 255 410 044
desporto@tamegaclube.com
www.tamegaclube.com

DESCONTO: 10% no Parque Aquático, Ténis, Piscina de Ondas, Health Club, Solário, Estética e Massagem, Circuito de Manutenção, Ginásio e no Polidesportivo. *No Parque Aquático este desconto não se aplica durante o mês de agosto.*

SHAPE FITNESS CLUB

Rua D. João I, n.º 316
MATOSINHOS

Tel. 229 370 671 / 914 917 201

shape.club@clix.pt
www.gruposshape.com
No Pagamento Anual

BENEFÍCIO: Isenção do pagamento da inscrição (excepto seguro). Oferta da toalha e do toalhão, da sauna e do banho turco, da mensalidade do mês de Agosto, de um aconselhamento nutricional e avaliação física.

DESCONTO: 25% na anuidade.

No Pagamento Mensal
Desconto: 50% na inscrição; 20% nas mensalidades.

SHAPE II HEALTH CLUB

Rua Brito e Cunha, n.º 519
MATOSINHOS

Tel. 229 387 506 / 07 / 969 803 064
shape2.club@clix.pt

www.gruposshape.com
No Pagamento Anual

BENEFÍCIO: Isenção do pagamento da inscrição (exceto seguro).

Oferta da toalha e do toalhão, de um aconselhamento nutricional e avaliação física.

DESCONTO: 25% na anuidade.

No Pagamento Mensal
DESCONTO: 50% na inscrição; 20% nas mensalidades.

YOGA HOUSE

Rua Arquitecto Marques da Silva
n.º 120

PORTO
Tel. 226 062 057

BENEFÍCIO: isenção do pagamento da taxa de inscrição.

DISTRITO DE SANTARÉM

AQUAVITAL - HEALTH CLUB

Parque Residencial Quinta dos Telheiros, Lote 68
ABRANTES

Tel. 241 360 940
glob@aquavital.com.pt
www.aquavital.com.pt

DESCONTO: 10% em todos os serviços.

GINÁSIO POWER LIFE 100%

Rua Prof. Manuel Bernardo das Neves
n.º 8/12
SANTARÉM

Tel. 243 326 118
cemporcento@power-life.org

DESCONTO: 10% sobre a tabela de preços.

GINÁSIO POWER LIFE IMPÉRIO

Rua António Maria Baptista, n.º 24/30
SANTARÉM

Tel. 243 325 380
linhaimperio@power-life.org

DESCONTO: 10% sobre a tabela de preços.

GINÁSIO POWER LIFE SEM KALORIAS

Rua Dr. Júlio Montez, n.º 20
CARTAXO

Tel. 243 703 269
semkalorias@power-life.org

DESCONTO: 10% sobre a tabela de preços.

DISTRITO DE SETÚBAL

AQUAFITNESS HEALTH CLUB

www.aquafitness.pt

BENEFÍCIO: inscrição gratuita para crianças e valor de inscrição pré-definido para inscrições individuais ou do agregado familiar.

DESCONTOS (sobre o valor das mensalidades): 10% para crianças; 15% para inscrições individuais (exceto programas de fim de semana, sénior e hidroterapia); 20% para inscrições do agregado familiar (exceto programas de fim de semana, sénior e hidroterapia)

PONTOS DE DESCONTO:

MARISOL

Rua das Quintinhas, n.º 15
CHARNECA DE CAPARICA
Tel. 212 975 730
marisol@aquafitness.pt

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

QUINTA DO TEXUGO

Rua Helena Félix, Complexo Desportivo Quinta do Texugo
CHARNECA DE CAPARICA
Tel. 212 978 329
qtatexugo@aquafitness.pt

CAMOLAS SPORT - COMÉRCIO DE ARTIGOS DE DESPORTO, LDA.

camolassport@netvisao.pt
DESCONTO: 10% em todos os seus artigos, à exceção dos artigos em promoção ou em saldo.

PONTOS DE DESCONTO:

PALMELA

Av. Godinho de Matos, n.º 28
Tel. 210 800 191

PINHAL NOVO

Centro Comercial Pino, Loja 1
Tel. 210 801984

GINÁSIO KALORIAS CLUB

www.kaloriasclub.com
DESCONTOS: 25% na Joia de Inscrição; 20% nas mensalidades.

PONTOS DE DESCONTO:

SANTIAGO DO CACÉM

ZAM, Lote 13
Tel. 269 825 176
santiago@kaloriasclub.com

SANTO ANDRÉ

Estrada ao Redor
Tel. 269 759 004
santoandre@kaloriasclub.com

SEIXAL

Rua Independente Futebol Clube Torrense
Tel. 212 272 455
seixal@kaloriasclub.com

SINES

Urbanização Quinta do Meio
Lote 5, Edifício A e E
Tel. 269 878 310
sines@kaloriasclub.com

DISTRITO DE VIANA DO CASTELO

VIANA NATAÇÃO CLUBE

Tel. 914 349 430 / 258351180
viananatacao@portugal.mail.pt
www.vnc.pt

DESCONTO: 50% por Pessoa na Taxa de Inscrição nas Atividades e 10% na Mensalidade estipulada para cada Atividade.

PONTOS DE DESCONTO:

CHAFE

Av. do Atlântico, Praia da Amorosa

VIANA DO CASTELO

Pavilhão Santa Maria Maior
1.º, Sala 15

DISTRITO DE VILA REAL

GINNOMATEUS

- HEALTH CLUB, LDA.

Edifício Três Lagares
Entrada A, Quinta da Redonda
VILA REAL

Tel. 259 338 191

DESCONTOS: 50% na taxa de inscrição; 10% em todos os cartões de livre acesso e nos cartões das aulas de qualquer modalidade.

DISTRITO DE VISEU

CENTRO HÍPICO MONTEBELO

Farminhão
VISEU
Tel. 232 856 474
hipicomontebelo@visabeiraturismo.pt
www.centrohipicomontebelo.pt
DESCONTO (apenas para os associados do Montepio): 10% em nas aulas individuais.



 **gimnocedro**

Sinta-se bem
consigo!

- Classes de ginástica
- Musculação • Yoga e Pilates
- Cardio fitness • Artes Marciais

Instalações totalmente remodeladas

R. Ant. Rodrigues da Rocha, 403
4400-025 Vila Nova de Gaia | Tel. 227 116 273
www.gimnocedro.pt | info@gimnocedro.pt

GUIA DE DESCONTOS

ASSOCIAÇÃO MUTUALISTA

BENEFÍCIOS COMPLEMENTARES PARA ASSOCIADOS



Montepio

Valores que crescem consigo.

ATUALIZAÇÃO: 02-05-2012

COMPLEXO DESPORTIVO

PRINCIPE PERFEITO

Bairro da Misericórdia
Cabanões

WISEU

Tel. 232 469 102

desportosprincipeperfeito@visabeiraturismo.pt

DESCONTO (apenas para os Associados do Montepio): 10%.

FITNESS CLUB

LA PALESTRA

Quinta de Santo Estevão, Lote n.º 3

Rua do Comércio

WISEU

Tel. 232 479 872

DESCONTO (apenas para associados do Montepio e seus familiares, dependentes do primeiro grau e cônjuge): 20% na taxa de inscrição.

FORLIFE DESPORTO

E BEM-ESTAR

Palácio do Gelo Shopping, Piso -2

Estrada de Nelas, Quinta da Lagoa

WISEU

Tel. 232 483 920

forlife@visabeiraturismo.pt

www.forliofoe.pt

DESCONTO (apenas para os Associados do Montepio): 10%.

PALACIO DO GELO

PISTA DE GELO:

Palácio do Gelo Shopping, Piso 3

Estrada de nelas, Quinta da Lagoa

WISEU

Tel. 232 483 920

DESCONTO (apenas para os Associados do Montepio): 10%.

GOLFE MONTEBELO

Farminhão

WISEU

Tel. 232 856 464

golfemontebelo@visabeiraturismo.pt

www.golfemontebelo.pt

DESCONTO (apenas para os Associados do Montepio): 35% no Green Fee.

REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES

GINÁSIO CORPUSEVEN

Estrada Nacional S/N, Ribeirinha

HORTA

Tel. 292 949 187

corpuseven@sapo.pt

www.corpuseven.com

DESCONTO: 20% em todos os serviços prestados.

HEALTH CLUB DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DA MADALENA

Estrada Longitudinal

MADALENA

Tel. 292 628 450

scmmadalena@mail.telepac.pt

www.scmmadalena.com

DESCONTO: 5% em todas as valências praticadas.

SPORT CONFORTO

Rua da Misericórdia, n.º 15

PONTA DELGADA

Tel. 296 205 000

conforto@mail.telepac.pt

DESCONTO: 20% nos artigos de desporto comercializados.