



SIBENFICA ARTES MARCIAIS



Inscribe-te

Hapkido, Taekwondo, Karate, Tai Chi e Chi Kung.

A partir dos 5 anos

Artes Marciais

As Artes Marciais do Sport Lisboa e Benfica desenvolvem-se a partir dos 5 anos. A prática de artes marciais proporciona uma formação moral, aprendizagem de regras, desenvolvimento físico e da consciência do próprio corpo, para além de despertar aptidões, o valor da defesa e do ataque, bem como o aumento da perceção dos sentidos.

As inscrições estão abertas todo o ano.

HORÁRIOS

Hapkido

FORMAÇÃO GERAL

2.ª, 4.ª e 6.ª 19:00 – 21:30 Ginásio Estádio piso -2

Taekwondo

FORMAÇÃO GERAL INFANTIL

4.ª, 6.ª 19:15-20:00 Ginásio Estádio piso -2

FORMAÇÃO GERAL

2.ª, 4.ª e 6.ª 20:00-21:00 Ginásio Estádio piso -2

Karaté

KARATÉ INICIADOS

3.ª, 5.ª 18:30-19:30 Ginásio Estádio piso -2

KARATÉ

3.ª e 5.ª 19:30-21:00 Ginásio Estádio piso -2

KARATÉ AVANÇADO

2.ª 19:30-21:00 Ginásio Estádio piso -2

Tai Chi / Chi Kung

FORMAÇÃO GERAL

4.ª e 6.ª 09:00 – 10:30 Ginásio Estádio/piso -2

* Entrada sujeita a avaliação técnica.

TABELA DE PREÇOS

Sócio SLB	Sócio SLB Quota Modalidades	Não Sócio SLB
2/ 3/ e 4X Semana		
36 €	32 €	40 €

COMPLEXO DE PISCINAS DO SPORT LISBOA E BENFICA
Av. Eusébio da Silva Ferreira
1500-313 Lisboa

93 240 1904 (todos os dias das 9h às 20h)

modalidades@slbenfica.pt