

**Recomendações:**

- A utilização para o público-livre deverá ser feita por **marcação prévia** para o e-mail: **piscinas@municipio-portodemos.pt** ou pelo telefone **244 499 658**, com uma antecedência mínima de 24h, até ao máximo de 5 utentes por pista e por período de 45 minutos.
- Cada senha de horário livre tem a **duração de 45 minutos**.
- Dispões de 10 minutos antes para equipar e 15 minutos depois para desiquipar. Caso exceda este período será debitado mais uma senha.
- **Uso obrigatório** de touca, fato de banho e chinelos específico para a natação.
- Obrigatoriedade de **passar no chuveiro** antes de entrar na água.
- **Seguir todas as outras recomendações de utilização da instalação.**

Horário	2ªfeira		3ªfeira		4ªfeira		5ªfeira		6ªfeira	
	Pistas	Vagas								
16h00 às 17h30	1 a 6	30	1 a 6	30			1 a 6	30	1 a 6	30
17h50 às 18h35	5 e 6	10	5 e 6	10			5 e 6	10	5 e 6	10
18h00 às 19h30					3 e 4	10				
19h45 às 20h30										
20h05 às 20h50	5 e 6	10					5 e 6	10		
20h50 às 21h35			5 e 6	10					5 e 6	10

As pistas disponíveis para horário livre estarão identificados com um painel informativo. Caso contrário, solicite informações junto de um técnico.



**Recomendações:**

- A utilização para o público-livre deverá ser feita por **marcação prévia** para o e-mail: **piscinas@municipio-portodemos.pt** ou pelo telefone **244 499 658**, com uma antecedência mínima de 24h, até ao máximo de 4 utentes por pista e por período de 45 minutos.
- Cada senha de horário livre tem a **duração de 45 minutos**.
- Dispões de 10 minutos antes para equipar e 15 minutos depois para desiquipar. Caso exceda este período será debitado mais uma senha.
- **Uso obrigatório** de touca, fato de banho e chinelos específico para a natação.
- Obrigatoriedade de **passar no chuveiro** antes de entrar na água.

Horário	2ªfeira		3ªfeira		4ªfeira		5ªfeira		6ªfeira	
	Pistas	Vagas								
16h00 às 17h30	1 a 6	30	1 a 6	30			1 a 6	30	1 a 6	30
17h50 às 18h35	5 e 6	10	5 e 6	10			5 e 6	10	5 e 6	10
18h00 às 19h30					3 e 4	10				
19h45 às 20h30										
20h05 às 20h50	5 e 6	10					5 e 6	10		
20h50 às 21h35			5 e 6	10					5 e 6	10

As pistas disponíveis para horário livre estarão identificados com um painel informativo. Caso contrário, solicite informações junto de um técnico.



**Pagamentos:**

15,69€ (Seguro e Inscrição)  
OU  
12,32€ (Seguro e reinscrição)

**Preços:**

1 senha - 2,68€  
5 senhas - 11,42€  
10 senhas - 20,17€

Sábado		Horário
Pistas	Vagas	
5 e 6	10	9h30 às 10h15
6	5	10h15 às 11h00
6	5	11h00 às 11h45
5 e 6	10	11h45 às 12h30

**Pagamentos:**

15,69€ (Seguro e Inscrição)  
OU  
12,32 € (Seguro e reinscrição)

**Preços:**

1 senha - 2,68€  
5 senhas - 11,42€  
10 senhas - 20,17€

Sábado		Horário
Pistas	Vagas	
5 e 6	10	9h30 às 10h15
6	5	10h15 às 11h00
6	5	11h00 às 11h45
5 e 6	10	11h45 às 12h30