

NEWSLETTER DO ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA

dezembro 2016



Eventos e modalidades

Pais & Filhos: Zumba

O EULisboa vai realizar um evento de Zumba, destinado a pais e filhos, no dia **17 de dezembro** das 10h30 às 11h30.

Este evento, integrado no projeto Pais & Filhos, destina-se a proporcionar um convívio desportivo às famílias, sejam elas já utentes, ou não, do Estádio Universitário.

A atividade de Zumba, apropriada a crianças dos **5 aos 10 anos**, tem um custo de 3 euros por participante, acrescido do valor do seguro para não utentes do Estádio Universitário (90 cêntimos).

Mais informações no [site](#) e [Facebook](#) do EULisboa.



Pais & Filhos
ZUMBA

17/12, às 10h30
5 aos 10 anos
3€ + seguro por participante (0,90€)



Complexo Desportivo do EULisboa na Ajuda

Estudas no Campus da Ajuda e ainda não conheces o Complexo Desportivo do Estádio Universitário de Lisboa na Ajuda?

Por apenas **24€**, os estudantes universitários têm acesso, em livre-trânsito, ao ginásio e ao mapa de aulas de grupo em happy hour! Se for no horário total, em livre-trânsito, os estudantes universitários pagam somente **30€**.

Consulta o nosso [mapa de aulas](#) e se tiveres dúvidas marca connosco uma aula experimental!

O trabalho árduo vence o talento, quando o talento não trabalhou arduamente.

Kevin Durant

Eventos para utentes do Complexo de Piscinas

Escola de Natação Crianças: Prova de longa distância

Irá ter lugar na Escola de Natação Crianças do Estádio Universitário de Lisboa, no dia 17 de dezembro às 12h50, uma prova de longa distância indoor destinada às crianças do nível avançado.

A prova será realizada na nossa piscina olímpica e as distâncias serão de 3 e 5 km.

Mais informações no [site](#) e [Facebook](#) do EULisboa.



Atividade de Natação Nível Avançado Crianças

- Prova Longa Distância *Indoor*
- 3km e 5 Km
- 17 de dezembro às 12h50
- Piscina Olímpica

Apenas para utentes da Escola Natação Avançado - Crianças



Festa de Natal da Escola de Natação para Bebés

Irá ter lugar na Escola de Natação do Estádio Universitário de Lisboa, no dia **17 de dezembro** à hora das respetivas aulas, uma Festa de Natal com os pais, destinada aos bebés inscritos nas várias classes.

Este evento é uma atividade destinada apenas aos utentes da Escola de Natação para Bebés.

Mais informações no [site](#) e [Facebook](#) do EULisboa.

FESTA DE NATAL
Escola Nataçãõ - Bebés
(dos 6 aos 48 meses)

Complexo de Piscinas
Muito para Além da Nataçãõ!

Não faldes!
Traz os teus papás!!

A Festa é na hora
da tua aula

17 DE DEZEMBRO

Só para utentes da
Escola de Nataçãõ para Bebés

B6 B12 B18 B24 B30 B36 B42

Christmas Workout do Complexo de Piscinas

Praticam desporto na sala de exercício do Complexo de Piscinas do Estádio Universitário de Lisboa?

Neste período natalício, de **12 a 23 de dezembro**, temos um desafio para vocês!

Consultem o nosso Christmas Workout e boas festas!



Natal FIT no EULisboa

Christmas Workout
12 a 23 de Dezembro



Evento aberto a todos os interessados

Mega Aula de Hidroginástica

Venham celebrar o Natal connosco de uma forma desportiva!

No dia **12 de dezembro**, das 19h45 às 20h30, teremos uma Mega Aula de Hidroginástica gratuita na piscina de 25 metros do nosso Complexo de Piscinas aberta a todos os interessados.

A atividade é adequada a maiores de 18 anos e não são necessárias marcações, basta aparecer! As vagas estão sujeitas à lotação do espaço.

U LISBOA ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA UNIVERSIDADE DE LISBOA

Natal FIT no EULisboa

Mega Aula Hidroginástica

12 de Dezembro
19h45 às 20h30

- Atividade para + de 18 anos
- Atividade gratuita. Aberta a todos os interessados
- Não utentes necessitam de assinar o termo de responsabilidade
- Necessário touca, fato de banho de lycra e boa disposição

Complexo de Piscinas – P25

Escola de Desportos Coletivos: Aula especial de Natal

O Estádio Universitário de Lisboa convida os seus utentes da Escola de Desportos Coletivos, das modalidades de basquetebol, futsal e voleibol, para uma aula especial de Natal nos próximos dias **16 ou 17 de dezembro**.

A confirmação da presença deverá ser efetuada junto do respetivo Professor.



Sabiam que?

A Plataforma “[Saúde Sazonal: Inverno & Saúde](#)” do Serviço Nacional de Saúde disponibiliza à população dados relativos às temperaturas e atividade gripal associados a esta estação do ano.



Em destaque - Saúde no Estádio Universitário de Lisboa



Já conhecem as especialidades dos dois Centros Médicos do Estádio Universitário de Lisboa e seus respetivos preços?

- **Clínica Geral**
- **Consulta do Viajante**
- **Ginecologia**
- **Medicina Dentária**
- **Medicina Preventiva**
- **Medicina do Trabalho**
- **Oftalmologia**
- **Planeamento Familiar**
- **Perturbações do Desenvolvimento em Crianças e Adolescentes**
- **Psicologia Clínica**
- **Psiquiatria**
- **Fisioterapia (a iniciar em janeiro de 2017. Estejam atentos!)**

Venham conhecer-nos! Temos preços especiais para a comunidade da ULisboa.

Mais informações no site do EULisboa.

Contactos

Campus da Cidade
Universitária
Av. Professor Egas
Moniz
1600-190 Lisboa

Campus da Ajuda
Av. da Universida-
de Técnica
Campus Universi-
tário da Ajuda
1349 – 055 Lisboa

Site

www.estadio.ulisboa.pt

Facebook

[facebook.com/
estadio.ulisboa](https://facebook.com/estadio.ulisboa)