



## Ginásio Clube de Odivelas

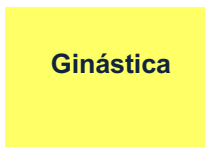
Fundado em 1978. Instituição de Utilidade Pública

### ÉPOCA 2024/2025

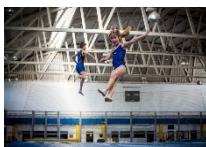
Participe num treino experimental grátis!



### Andebol



### Ginástica



### Hóquei em Patins



### Patinagem Artística



### Xadrez



A prática das modalidades no GCO está reservada aos sócios.

**Condições para ser Sócio:** joia (3 €) | Cartão (3 €) | quotas 5 €/ mês (1º semestre 30 €)

**Morada:** Rua Tomás José Olaio, 2675-453, Odivelas

**Tel.:** 219 326 546

**E-mail:** ginasioeodivelas@sapo.pt

**Horário do Pavilhão:** todos os dias (09:00 – 00:00)

**Horário da Secretaria:** segunda à sexta-feira (19:00 – 20:00)

**Contribuinte n.º:** 500803692  
**IBAN:** PT50 0010 0000 64263690001 91

<https://gcodivelas.pt>



### Patinagem Artística



O Ginásio Clube de Odivelas é uma referência na Patinagem Artística no Distrito de Lisboa, modalidade praticada nesta coletividade há mais de 40 anos.

**Condições para inscrição:** ser sócio do GCO, 2 fotografias e o pagamento da inscrição (50 €) e seguro anual (25 €).

#### Mensalidade:

- **Minis:** 4 aos 6 anos = (3x Semana) 37.50 €;
- **Iniciação:** > 6 anos = (3x Semana) 37.50 €;
- **Pré-Competição:** (4x Semana) 42.50 €;  
(6x Semana) 47.50€;
- **Competição:** (5x Semana) 45 €;  
(6x Semana) 47.50€;

#### Horários de treino:

		2ªF	3ªF	4ªF	5ªF	6ªF	Sáb	Dom
Manhã								
10	:00							Solo Dance
	:30							
11	:00							
	:30							
12	:00						Minis	
	:30							
13	:00						Pré-Comp.+Comp.	
	:30							
14	:00						Iniciação	
	:30							
15	:00							
Tarde								
17	:00							
	:15							
	:30		Pré-Comp.+Comp.		Pré-Comp.+Comp.			
	:45							
18	:00							
	:15							
	:30		Minis		Minis			
	:45							
19	:00							
	:15							
	:30		Iniciação		Pré-Comp.+Comp.			
	:45							
20	:00							
	:15							
	:30		Pré-Comp.+Comp.					
	:45							

#### Contactos da Secção:

**E-mail:** gco.secaopatinagem@gmail.com



### Xadrez



Quer aprender a jogar Xadrez? Já sabe jogar mas não tem com quem praticar em casa? Apareça no GCO, nos horários abaixo indicados.

Somos o único clube desportivo, federado, no Concelho de Odivelas que pratica esta modalidade há mais de trinta anos! Neste período alcançámos mais de 60 títulos nacionais e distritais (coletivos e individuais) e um da União Europeia.

Junte-se a nós e traga familiares e amigos.

#### Horários:

. Sábados (10:00 - 12:00)

#### Contactos da Secção:

.E-mail: [secao.xadrez@gcodivelas.pt](mailto:secao.xadrez@gcodivelas.pt)

\*\*\*

Benefícios saudáveis do jogo de XADREZ (Top 10)

- \* Promove o desenvolvimento cognitivo;
- \* Exercita os dois hemisférios cerebrais
- \* Aumenta o Quociente de Inteligência (QI)
- \* Ajuda na prevenção da Alzheimer
- \* Dinamiza a criatividade
- \* Aumenta as capacidades para a resolução de problemas
- \* Desenvolve o planeamento e previsão
- \* Aumenta as capacidades de leitura
- \* Otimiza o crescimento da memória
- \* Melhora a recuperação em casos de acidente



## Andebol



Vem Jogar Andebol no GCO!

**Condições para inscrição:** ser sócio do GCO, 1 fotografia + valor de inscrição + seguro desportivo (60 €).

**Escalões e mensalidades:**

- **Manitas/Bâmbis/Minis**(nascidos entre 2013-2016) = 20€

Sub – 14:

- **Infantis Masc.** (nascidos entre 2011 e 2012) = 30 €
- **Infantis Fem.** (nascidos entre 2011 e 2012) = 30 €

Sub - 16:

- **Iniciados Masc.** (nascidos entre 2009 e 2010) = 30€
- **Iniciados Fem.** (nascidos entre 2009 e 2010) = 30 €

Sub – 18:

- **Juvenis** (nascidos entre 2006 e 2007) = 30 €

Sub- 20:

- **Juniore**s (nascidos entre 2005 e 2006) = 70€ Set + 30€/mês

**Horários de treino:**

		2ªF	3ªF	4ªF	5ªF	6ªF	Sáb	Dom
Manhã								
9	:00							Minis
10	:00							
Tarde								
20	:00							
	:15							
	:30							
	:45							
21	:00							
	:15							
	:30							
	:45							
22	:00							
	:15							
	:30							
	:45							
23	:00							
	:30							

**Contacto da Secção:** gco.andebol@gmail.com



## Ginástica



Vem praticar Ginástica no GCO!

**Condições para inscrição:** ser sócio do GCO, 2 fotografia + valor de inscrição 35 € + seguro desportivo 30 €.

**Classes – Horários - Mensalidades:**

**Infantil:**

**Segundas e quartas – feiras:**

- **Infantil I (3 - 6 anos):** 17:30 às 18:15 horas

**Opções pagamento mensalidades:** 30 € mês ou 300 € anuais.

**Formativa I (6 - 9 anos):**

**Segundas e sextas – feiras:** 18:15 às 19:00 horas

**Opções pagamento mensalidades:** 30 € mês ou 300 € anuais.

**Formativa II (6 - 9 anos):**

**Quartas– feiras:** 18:15 às 19:00 horas

**Sextas– feiras:** 17:45 às 18:30 horas

**Opções pagamento mensalidades:** 30 € mês ou 300 € anuais.

**Pré-competição (+9 anos)**

- **Segundas, quartas e sextas - feiras:** 19:00 às 20:00 horas

**Opções pagamento mensalidades:** 45 € mês ou 155 € trimestrais ou 435 € anuais.

**Competição:**

- **Segundas, quartas e sextas – feiras:** 17:00 às 20:00 horas
- **Sábados:** 09:00 às 12:00 horas

**Opções pagamento mensalidades:** 55 € mês ou 185 € trimestrais ou 525 € anuais.

**Contacto da Secção:** ginastica.gco@gmail.com



## Hóquei em Patins



Vem aprender a jogar Hóquei em Patins no GCO!

**Condições para inscrição:** ser sócio do GCO e 1 fotografia. Facultamos patins para as aulas experimentais, sendo gratuitas as primeiras 4 horas durante os treinos das Escolinhas.

**Escolinhas:** permitem a aprendizagem de técnicas de patinagem.

Crianças dos 4 aos 10 anos.

Seguro (anual) = €.

Mensalidade = €.

**Escalões:** Bambis, Benjamins, Escolares, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20.

Inscrição = - €

Seguro (anual) = - €.

Mensalidade = - €.

Redução do preço das mensalidades para irmãos e pagamentos anuais.

**- Atualmente sem Atividade. -**