



ARAVINDA YOGA SHALA

# HORÁRIOS . SCHEDULES 2020/21

Funcionamos todo o ano\* com aulas presenciais no estúdio «**STUDIO**», ar livre «**OPEN AIR**» e por vídeo-conferência «**ONLINE**» | We are open all year\* with in-person «**STUDIO**», «**OPEN AIR**» and live-streaming «**ONLINE**» classes.  
Reserve a sua aula: | Please book your class: [aravindayogashala@gmail.com](mailto:aravindayogashala@gmail.com)

SEGUNDA MONDAY	TERÇA TUESDAY	QUARTA WEDNESDAY	QUINTA THURSDAY	SEXTA FRIDAY	SÁBADO SATURDAY
	09:45-11:00 <b>VINYASA FLOW</b> (Andreina Vila) « <b>ONLINE</b> » <i>Led in English</i>		09:45-11:00 <b>VINYASA FLOW</b> (Andreina Vila) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> » <i>Led in English</i>		9:30-11:30 <b>AULA ALARGADA DE YOGA</b> 1º sábado do mês (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »
11:00-12:00 <b>BALLERINA BODY</b> (Inês) « <b>ONLINE</b> »		11:00-12:00 <b>BALLERINA BODY</b> (Inês) « <b>ONLINE</b> »		11:00-12:00 <b>BALLERINA BODY</b> (Inês) « <b>ONLINE</b> »	
12:45-13:45 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	12:45-13:45 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	12:45-13:45 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	12:45-13:45 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	12:45-13:45 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	
14:05-15:05 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »		14:05-15:05 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »		14:05-15:05 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	15:30-16:15 <b>SEMENTES DE YOGA</b> <b>3-6 anos</b> 1º sábado do mês (Joana) « <b>OPEN AIR</b> »
19:00-20:00 <b>BALLERINA BODY</b> (Inês) « <b>ONLINE</b> »	19:00-20:00 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »	19:00-20:00 <b>BALLERINA BODY</b> (Inês) « <b>ONLINE</b> »	19:00-20:00 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »		16:45 -17:30 <b>SEMENTES DE YOGA</b> <b>2-3 anos</b> 1º sábado do mês (Joana) « <b>OPEN AIR</b> »
	20:20-21:20 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »		20:20-21:20 <b>YOGA DINÂMICO</b> (Joana) « <b>STUDIO</b> » + « <b>ONLINE</b> »		

\*Encerramos nas seguintes datas: feriados locais e nacionais, 24 e 31 de Dezembro, terça-feira de Carnaval, sábado de Páscoa.  
We are closed on: local and national holidays, 24 and 31 December, tuesday before Carnival, saturday before Easter.

Nota: Devido à pandemia, os horários e locais das aulas podem sofrer alterações ao longo do ano! Note: Due to the pandemic, class schedules and places may change throughout the year!

Rua Garrett 80 – 4ºA . +351 917 885 768 . [aravindayogashala@gmail.com](mailto:aravindayogashala@gmail.com) . [www.aravindayogashala.com](http://www.aravindayogashala.com)

# PREÇOS 2020/21

Os nossos valores são iguais para todos os formatos de aula - no estúdio, ar livre ou online – uma vez que o empenho, esforço e dedicação do professor bem como os benefícios obtidos pelos alunos são os mesmos em qualquer contexto. Se sentir necessidade em ajustar os valores à sua situação pessoal, por favor entre em contacto connosco!

## 1) MODALIDADE REGULAR

**Taxa de Inscrição / Renovação:** 30€ (anual) ou 15€ (semestral)

FREQUÊNCIA SEMANAL Com 1 Professor	PAGAMENTO MENSAL*	PACOTE 6 MESES* (15% desconto) Janeiro - Junho Julho - Dezembro	PACOTE 12 MESES* (20% desconto) Janeiro - Dezembro
1 x semana	40€	205€	385€
2 x semana	60€	305€	575€
3 x semana	75€	385€	720€
4 x semana	90€	460€	865€

**Descontos (não acumuláveis entre si nem com pacotes):**

- Família (pai, mãe e filhos <18 anos): 10% de desconto em cada pagamento mensal. 1 Taxa de Inscrição abrange toda a família.
- Combinação de aulas de 2 ou + Professores: 10% desconto em cada pagamento mensal.

## 2) MODALIDADE LIVRE

**Aula Avulso:** 15€ | **Cartão 10 Aulas\*:** 125€ Válido apenas para 1 professor ao longo de 6 meses, sem vaga assegurada

\*em caso de desistência, os valores pagos não são reembolsados. Devido à situação atual de pandemia, sempre que for necessário suspender as aulas presenciais, disponibilizamos aulas online como alternativa.

# PRICES 2020/21

*Our prices are the same for all formats - studio, open air or online - as the teacher's commitment, effort and dedication, as well as the benefits obtained by the students are the same in any context. If you need to adjust the prices to your personal situation, please contact us!*

## 1) REGULAR MODE

**Registration / Renewal:** 30€ (year) or 15€ (semester)

CLASSES PER WEEK With 1 Teacher	MONTHLY PAYMENT*	6 MONTHS PACK* (15% discount) January - June July - December	12 MONTHS PACK* (20% discount) January - December
1 x week	40€	205€	385€
2 x week	60€	305€	575€
3 x week	75€	385€	720€
4 x week	90€	460€	865€

**Discounts (not cumulative with each other or with packs):**

- Family (father, mother and children <18 years): 10% discount on each monthly fee. 1 Subscription covers the whole family.
- Combination of classes of 2 or more Teachers: 10% discount on each monthly fee.

## 2) FREE MODE

**Drop in:** 15€ | **10 Classes Card\*:** 125€ To be used only with 1 teacher within 6 months; no vacancy can be assured

\* in case of cancellation, the amounts paid are not refunded. Due to the current pandemic situation, whenever it is necessary to close in-person classes, we alternatively provide online classes.

