

HORÁRIOS E PREÇOS

ESCOLA DE DANÇAS AMQC - ÉPOCA 2025/2026

Horário	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO
08:30		MANDALA FLOW 08:30 - 09:30		MANDALA FLOW 08:30 - 09:30		
09:00						
09:30						MANDALA FLOW 09:30 - 10:30
10:00			TENCHI TESSEN 10:00 - 11:30			
10:30						
11:00						MANDALA KIDS 11:00 - 12:00
11:30						
12:00	LEVEDANCE 12:00 - 13:00		LEVEDANCE 12:00 - 13:00		LEVEDANCE 12:00 - 13:00	BIODANZA Quinzenal 2ª e 4ª sáb. 12:15 - 14:45
12:30		TENCHI TESSEN 12:30 - 14:00				
13:00						
13:30						
14:00						
14:30						
15:00						
16:00						ESTRELINHAS 3-5 ANOS - 0 15:45 - 16:35
16:30						ESTRELINHAS 6-8 ANOS - II 17:00 - 17:50
17:00			ESTRELINHAS 3-5 ANOS - 0 17:00 - 17:50		DANÇA E CREATIVIDADE 17:30 - 18:20	ESTRELINHAS 9-11 ANOS - IV 18:00 - 18:50
17:30					ESTRELINHAS 15-20 ANOS - Ens 19:40 - 20:30	ESTRELINHAS 12-14 ANOS - V 19:00 - 19:50
18:00	DANÇAS SALÃO Jovem 18:00 - 18:50	COUNTRY LINE DANCE 18:00 - 18:50	ESTRELINHAS 15-20 ANOS - Ens 18:00 - 19:50			
18:30				ESTRELINHAS 6-8 ANOS - II 18:30 - 19:20		
19:00	DANÇAS SALÃO Niv.0 19:00 - 19:50	ESTRELINHAS 12-14 ANOS - V 19:00 - 19:50	ESTRELINHAS 9-11 ANOS - IV 19:00 - 19:50		GINÁSTICA ADULTOS 19:30 - 20:20	
19:30				DANÇAS SALÃO Niv.0 19:30 - 20:20		
20:00	DANÇAS SALÃO Niv.2 20:00 - 20:50		GINÁSTICA ADULTOS 20:00 - 20:50		FLAMENCO Niv.2 20:30 - 22:00	
20:30		DANÇAS ESCOCESAS 20:15 - 21:45		DANÇAS SALÃO Niv.2 20:30 - 21:20		
21:00	DANÇAS SALÃO Niv.1 21:00 - 21:50		DANÇAS AFRO-CUBANAS 21:00 - 22:30			
21:30				DANÇAS SALÃO Niv.1 21:30 - 22:20		
22:00						

MODALIDADES

(PREÇOS PARA SÓCIOS DA AMQC)

- Danças *Estrelinhas* (2x/Sem.) - **35€**
- Danças *Estrelinhas* Grupo 0 - (2x/Sem.) - **45€**
- Danças de Salão (2x/Sem.) - Individual/Par - **35€/60€**
- Danças de Salão Jovem (1x/Sem.) - Individual/Par - **25€/40€**
- Danças Afro-Cubanas (1x/Sem.) - Individual/Par - **35€/60€**
- Danças Escocesas (1x/Sem.) - **14€**
- Dança e Criatividade (1x/Sem.) - **25€**
- Country Line Dance (1x/Sem.) - Individual/Par - **25€/45€**
- Ginástica Manutenção Adultos (1x/Sem) - **25€** (2x/Sem) - **40€**
- Mandala Kids (1x/Sem.) - **25€**
- Mandala Flow (1x/Sem) - **25€** (2x/Sem) - **45€** (3x/Sem) - **60€**
- Biodanza (2x/Mês.) - Individual/Par - **50€/90€**
- Levedance - Ind./Par (1x/Sem.) - **30€/50€** (2x/Sem.) - **40€/70€** (3x/Sem.) - Ind./Par - **50€/90€**
- Flamenco (1x/Sem.) - **35€**
- Tenchi Tessen (1x/Sem.) - **17€** (2x/Sem.) - **28€**