



# ASPP PSP

Associação Sindical  
dos Profissionais  
da Polícia

## PARCEIROS

## ÁREA: GINASIOS



### HEALTH CLUBS SOLINCA CLASSIC

---

**Localidade-**Nacional

**Universo-** Associados e familiares diretos.

**Site-** [www.solinca.pt](http://www.solinca.pt)

**Facebook:** [www.facebook.com/Solinca/](https://www.facebook.com/Solinca/)

**Benefícios:**

- **Horário Peak**

*2ª a 6ª: 7h-22h | Sábados: 9h-20h | Domingos e Feriados: 9h-18h*

*Acesso ao Health Club: Alfragide; Braga; Colombo; Constituição; Dragão; Foz; Ermesinde; Gaia; Guimarães; Loures; Lumiar, Maia; Matosinhos, NorteShopping; Oeiras; Porto Palácio Hotel; Rio Tinto; Vasco da Gama; Viana Do Castelo e Vila Do Conde*

Valor: **€10,49/semana**

*Oferta da jóia de inscrição.*

- **Horário Off-Peak**

*2ª a 6ª: 7h-17h | Sábados: 9h-20h | Domingos e Feriados: 9h-18h*

*Acesso ao Health Club: Alfragide; Braga; Colombo; Constituição; Dragão; Foz; Ermesinde; Gaia; Guimarães; Loures; Lumiar, Maia; Matosinhos, NorteShopping; Oeiras; Porto Palácio Hotel; Rio Tinto; Vasco da Gama; Viana Do Castelo e Vila Do Conde*

Valor: **8,99€/semana**

*Oferta da jóia de inscrição.*

- *Os valores incluem:*
    - *Sala de cardio/musculação, aulas de grupo, piscina livre, jacuzzi, sauna e banho turco;*
    - *Acesso a todos os Solinca Classic em Portugal, excluindo Solinca Laranjeiras e Lagoas.*
    - *1 Consulta de Nutrição no clube por mês.*
    - *Avaliação Física Inicial e definição do plano de treino.*
    - *Contrato de adesão válido durante 52 semanas, renovável automaticamente por período de 26 semanas.*
-



## FITNESS UP

**Localidade**- Nacional

**Universo**- Associados e familiares diretos.

**Site** - [www.fitnessup.pt](http://www.fitnessup.pt)

**Facebook:** <https://www.facebook.com/fitnessup>

### **Benefícios:**

#### **“VANTAGENS PARA O ASSOCIADO**

- > Oferta da taxa de inscrição no valor de 50€;
- > Oferta de todas as aulas de grupo no valor de 2€/semana;
- > Oferta de 8 semanas de H2UP (água vitaminada que potencia os resultados do treino) no valor de 1€/ semana;
- > Acesso total à UPTV, o maior ginásio online do País;
- > Avaliações Físicas de 3 em 3 meses;
- > 1 Treino Personalizado;
- > Rastreios Nutricionais de 6 em 6 meses;
- > Banhos UP com duração de 5 minutos.

Este plano fica por 5,80€/semana para sempre, se a inscrição for feita nos primeiros 90 dias de protocolo e 6,80/semana, após esse período.

#### **VANTAGENS PARA FAMILIARES DIRETOS DO ASSOCIADO**

- > Oferta da taxa de inscrição no valor de 50€
- > Oferta de 8 semanas de aulas de grupo no valor de 2€/semana;
- > Oferta de 8 semanas de H2UP (água vitaminada que potencia os resultados do treino) no valor de 1€/ semana;
- > Acesso total à UPTV, o maior ginásio online do País;
- > Avaliações Físicas de 3 em 3 meses;
- > 1 Treino Personalizado;
- > Rastreios Nutricionais de 6 em 6 meses;
- > Banhos UP com duração de 5 minutos;
- > Condições válidas para todos os planos, à exceção do plano sem fidelização.

**OU SEJA:**

> Sem protocolo o plano ficaria por 7,40€/semana + 50€ de inscrição;

> Com protocolo fica por 5,80/semana ou 6,80€/semana + Oferta da Inscrição + Vantagens para familiares diretos.”

Deixo mais abaixo as indicações, passo a passo, de como os associados têm de proceder para fazer a inscrição através do protocolo, sendo que só é possível online.

- 1 - Aceder a [fitnessup.pt/empresas](https://fitnessup.pt/empresas) (link também exposto no menu do nosso site e na zona "footer");
  - 2 - Escolher a empresa correspondente;
  - 3 - Inserir código de acesso da ASPP/PSP; Que neste caso é o 1941ed01be
  - 4 - Optar por uma das opções: "associado" ou "Familiar Direto";
  - 5 - Escolher o Clube;
  - 6 - Selecionar Plano.
-



**ONDA FISICA  
HEALT CLUB**

---

**Localidade-**Entroncamento

**Universo-** Associados e familiares diretos.

**Contacto Geral:** Rua do Bonito, nº4 Pinhal da Lameira, 506, Entroncamento.

Telf 249710020

Telm 915323792

**Email -** [Gym.onda.fisica@gmail.com](mailto:Gym.onda.fisica@gmail.com)

**Facebook:** <https://www.facebook.com/onda.fisica>

**Benefícios:**

- Joia de inscrição grátis
- valor da mensalidade – 31,50 Euros