

Caros sócios,

Encontramo-nos numa fase fundamental de expansão do Karate Clube de Gaia e da nossa Associação.

Depois do investimento nas novas instalações com 600m<sup>2</sup> e novo equipamento, incluindo o alargamento a dois estúdios para prática de Karate, temos de motivar todos os sócios para trabalharmos no crescimento das nossas organizações por vários meios e o primordial é a divulgação e informação. Temos imensos flyers para distribuir e várias promoções em vigor:

- Traga a família - descontos de família (quanto mais elementos do agregado se inscreverem mais apelativo o desconto: o 2º praticante tem 25% de desconto definitivo, o 3º praticante tem 30%, o 4º e seguintes tem 40% de desconto definitivo);

- Traga novos sócios - se trouxer 2 sócios novos usufrui de uma mensalidade grátis, isto acontece tanto no fitness como no Karate;

- Tenha desconto de pagamento - se optar por pagar 6 meses adiantados tem um desconto extra de 5%.

De resto deixo mais algumas informações pertinentes e que agradeço divulgação.

Vamos todos juntos fazer crescer o nosso clube e Associação Nacional.

Somos um grupo liderado pelo Sensei Vitor Gomes enquanto diretor técnico com o Grau III de treinador de desporto, com uma experiência de mais de 30 anos de ensino de Karate e membro da equipa técnica nacional da Federação Nacional de Karate Portugal. (PF consulte [www.fnkp.pt/pages/72](http://www.fnkp.pt/pages/72)).

Temos investido numa formação específica de motricidade infantil junto da Federação Italiana, que tem desenvolvido um trabalho com excelentes resultados e congrega em conjunto de cientistas especializado nos métodos "Neuro-cognitivomotores". Temos também tido contatos constantes com mestres da Federação Japonesa de Karate na Europa e no Japão onde o Sensei Vitor Gomes obteve a graduação de 6º Dan e o título de "Renshi" (examinador oficial na Europa). Em Março passado (2018), em Múrcia, Espanha, o Sensei Vitor Gomes foi graduado de 7º Dan pela OGKK (Okinawa Goju-Ryu karateDo Kyokai) por um painel de mestres internacionais.

As nossas instalações têm cerca de 600m<sup>2</sup> em que incluem: 2 estúdios, um com 150m<sup>2</sup> totalmente revestido com Tatami próprio para a prática de Karate e 25m de espelhos, além de diverso material didático orientado para os diversos objetivos e um segundo estúdio, com cerca de 60m<sup>2</sup>, também este coberto de tatami (onde decorrem tanto aulas de fitness como Karate). Temos ainda uma sala de musculação e cardio-fitness com 90m<sup>2</sup>, um "playground" para crianças se entreterem enquanto o adulto treina, uma sala de massagem e balneários/vestiários masculino e feminino.

Temos cartões para o fitness que envolve a prática de diversas modalidades, tais como: Total Training, Fitcardiokick, Localizada, Pilates e Cardio-Musculação.

O Karate funciona com 6 turmas divididas por idades:

- Pré-infantil (3 aos 5 anos – Turma Little Dragons) aos sábados às 10h00 (duração-45 minutos);

- Infantil (dos 6 aos 7 anos – Turma Little Ninjas), à segunda-feira e sexta-feira às 18h25 (duração-50 minutos), e (dos 8 aos 9 anos – Turma Ninjas), à segunda-feira e sexta-feira às 19h15 (duração-50 minutos);

- Iniciados/Juvenis/Cadetes (10 aos 11 anos – Turma Samurais), à terça-feira e quinta-feira às 18h45 e sábado às 10h50 (duração-55 minutos) e (12-15 anos – Turma Dragons), à terça-feira e quinta-feira às 19h40 e sábado às 11h45 (duração-55 minutos);

- Adultos (+ de 16 anos), à segunda-feira e sexta-feira às 20h05 e quarta-feira às 19h30 (duração-75 minutos);

Os membros do agregado familiar que venham a inscrever-se, seja em que atividade for, poderão usufruir de desconto definitivo a partir de 25% até aos 40% na mensalidade.

No ato de inscrição é feito pagamento de quantia que inclui seguro desportivo anual obrigatório, conforme 6944 DR – Série-A; Nº241-15/10/99, e quotização anual.

Mais informações pf consulte o nosso site [www.karateclubedegaia.com](http://www.karateclubedegaia.com) ou ainda em [karate-goju-ryu.blogspot.pt](http://karate-goju-ryu.blogspot.pt).

A Presidente

Raquel Seixas