

**OS PROGRAMAS INCLUEM** *This programs includes*

**Cardiofitness, Musculação** *Cardiofitness, and gym*  
**Sauna e Banho Turco** *Sauna and Turkish bath*

**PROGRAMA FORDUO** *ForDuo program*

**Acesso ao ginásio, em sistema de 2 vezes por semana, de acordo com o horário pretendido.**  
*Access to the gym, 2 times per week, according to chosen schedule.*

**Total: 06h00 às 21h00** *Full: 06h00 to 21h00* 3,000.00  
**Económico: 08h00 às 16h00** *Economic: 08h00 to 16h00* 2,400.00

**PROGRAMA FORTHREE** *ForThree program*

**Acesso ao ginásio, em sistema de 3 vezes por semana, de acordo com o horário pretendido.**  
*Access to the gym, 3 times per week, according to chosen schedule.*

**Total: 06h00 às 21h00** *Full: 06h00 to 21h00* 4,000.00  
**Económico: 08h00 às 16h00** *Economic: 08h00 to 16h00* 3,200.00

**PROGRAMA FORFREE** *ForFree program*

**Acesso livre ao ginásio**  
*Free access to the gym*

**Total: 06h00 às 21h00** *Full: 06h00 to 21h00* 5,000.00

**SENHA DIÁRIA** *Daily access*

**Total: 06h00 às 21h00** *Full: 06h00 to 21h00* 1,000.00

**TÉNIS** *Tennis*

**Horário Económico: 07h00 às 16h00** *Economic: 07h00 to 16h00* 600.00  
**Horário Tardio: 17h00 às 20h00** *Late time: 17h00 to 20h00* 800.00

Nota: Não se aceitam reservas sem pagamento prévio. São aceites cancelamentos até 24 horas antes da marcação, bem como em caso de chuva ou piso molhado considera-se automaticamente cancelada a reserva. Com o cancelamento válido propõe-se que seja efectuada nova reserva. Em caso de reembolso o mesmo é efectuado pelos serviços Administrativos e demora até 6 dias úteis.

Note: Reservations without previous payment are not accepted. We only accept cancellations 24 hours before schedule and in case of rain or wet floor reservation is automatically cancelled. With valid cancellation, it's recommended new reservation. In case of refund, payment is made by the Administrative services and it takes up to 6 days.

**KIDS CLUB** *Kids Club*

**Tarifa por hora (pagamento mínimo de 1h00)** 300.00  
*Hourly rate (minimum payment of 1h00)*

Desconto de 10% nas mensalidades se forem pagas 6 meses antecipadamente.  
Taxa de inscrição de associado: 3.000,00 MT

*10% discount in the monthly fees if paid 6 months in advance.  
Inscription fee associated: 3.000,00 MT*

Preços em meticais. Todas as taxas incluídas.  
*The amounts are in meticals. All taxes included.*

Parceria



**Montebelo Health Club & Spa**  
Rua Macombe Nongué-Nongué, R.1.373  
Sommerschild  
Maputo – Moçambique

T. +258 21 498 765 / 21 483 449  
F. +258 21 499 643  
[montebeloindy@montebelohotels.com](mailto:montebeloindy@montebelohotels.com)  
[montebelohotels.com](http://montebelohotels.com)