

# Parque Health Club

A MOLDAR VIDAS DESDE 2008

The logo for Parque Health Club is centered in the upper right quadrant. It consists of a black circle with the text 'PARQUE' in a stylized, outlined font above 'HEALTH CLUB' in a smaller, plain font. This central circle is surrounded by a white ring, which is itself set within a larger, semi-transparent green circle. A thin white line extends from the right edge of the logo towards the center of the page.

PARQUE  
HEALTH CLUB

# História

O Parque Health Club foi inaugurado no dia 10 de setembro de 2008 inserindo-se no novo edifício do Parque Tecnológico da Maia (TECMAIA), é um lugar onde todos os colaboradores e utentes do TECMAIA, bem como qualquer interessado se pode juntar para a prática desportiva e atividades de lazer.

O espaço é definido pela harmonia do ambiente moderno, tecnológico com os espaços verdes, essencial para permitir a descontração e exercitação do corpo e da mente.

# Localização

O Parque Health Club situa-se na cidade da Maia, precisamente no TECMAIA, Rua Eng. Frederico Ulrich, 2650 – Moreira da Maia.



# Qualidade e Tipo de Instalações

## ÁREA

Área Total – 5.000m<sup>2</sup>

Área Coberta – 1.300m<sup>2</sup>

## EXTERIOR

Dois courts de Ténis;

Dois courts de Padel;

Um campo de futebol de 5;

Um campo de futebol de 7

Balneário exterior

## INTERIOR

Sala de cycling;

Dois estúdios para aulas de grupo;

2 Balneários;

Sala de Musculação;

Área de Convívio.





# Pontos Fortes

Boa localização;  
Instalações modernas;  
Dimensão das instalações;  
Máquinas modernas;  
Instrutores qualificados;  
Diversificação de serviços;  
Variedade de modalidades;

Aulas de grupo;  
Plataformas online;  
Parcerias;  
Possibilidade de aluguer de espaços;  
Desconto para colaboradores de outros serviços parceiros.

# Horário

Segunda  
a  
Sexta

8h - 14h  
15h - 21h

Sábados

9h - 13h  
15h - 19h

Feriados

9h - 13h

Domingo

Encerrado

# Modalidades

Um dos pontos de diferenciação e principal razão da escolha do Parque como centro desportivo e de lazer são as ofertas de serviços e modalidades.

O Parque, neste momento, oferece um leque de 15 modalidades desportivas diferentes nas mais variadas áreas.



# Modalidades

TRX

Zumba

Pilates

Pilates Clínico

Cross Training

Cardio e Musculação

Local

Desafio PHC

Cycling

Afro-Latinas

HIIT

Aula em Circuito

Funcional

Jump

GAP

Pump



# Serviços

Como acréscimo às modalidades praticadas, o Parque tem ainda disponível uma série de serviços complementares ao bem-estar e saúde dos seus utentes. Desde o acompanhamento nutricional à depilação a laser, é possível encontrar no Parque as mais diversas formas de acompanhamentos.

Avaliação Física

Depilação a Laser

Nutrição

Massagem

Serviço de PT

Osteopatia

# Alugueres



O Parque tem disponível para aluguer a qualquer utilizador, uma série de espaços, nomeadamente:

Campo de futebol de 5;

Campo de futebol de 7;

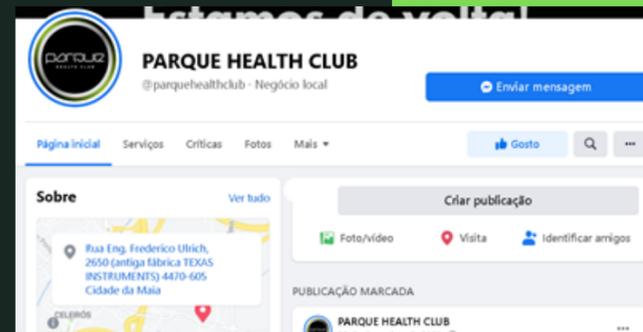
2 courts ténis;

2 courts de padel.

Cada aluguer tem acesso a balneário exterior.

As reservas podem ser efetuadas por email, contacto telefónico ou plataforma digital, com desconto para sócios do Parque Health Club.

# Plataformas Digitais



SITE OFICIAL  
[www.parquehealthclub.com](http://www.parquehealthclub.com)

FACEBOOK  
[@parquehealthclub](https://www.facebook.com/parquehealthclub)

INSTAGRAM  
[@parque\\_health\\_club](https://www.instagram.com/parque_health_club)

APP  
Parque Health Club