



NEWSLETTER#78

Recarregue energias, viva aventuras e celebre connosco

Prepare-se para relaxar e renovar as energias com terapias de som, explorar a beleza das Grutas de Lapas num passeio de mota, aproveitar para inscrever os seus filhos nas nossas divertidas colónias de férias, celebrar connosco a grande festa de aniversário do GDC Fidelidade e ainda participar em torneios de Padel!



Venha descobrir os benefícios do Reiki

Experimente uma sessão de Reiki para promover o seu equilíbrio, aliviar o stress e aumentar a energia, promovendo bem-estar físico e emocional. [LER MAIS](#)



Renda-se à terapia do som

Aposte no seu bem-estar e desfrute da terapia de som numa massagem em Coimbra ([LER MAIS](#)) ou numa sessão meditativa em Évora ([LER MAIS](#)). Inscreva-se já!



Aventure-se com o Clube Motard

O Clube Motard vai realizar uma visita às Grutas de Lapas, em Torres Novas para explorar a natureza, apreciar paisagens e conviver.

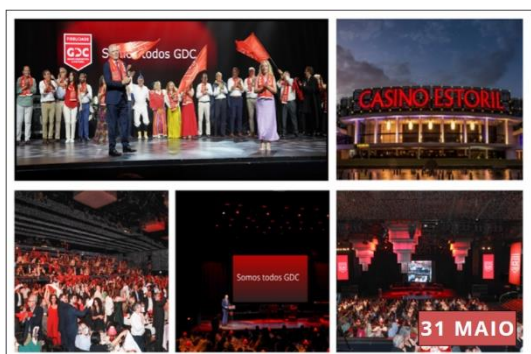
[LER MAIS](#)



Curte as Colónias de Férias

Diversão, amizades e aventuras garantidas nas colónias de férias do GDC. Faça já a inscrição!

[LER MAIS](#)



Festa do 44º Aniversário do GDC

Marque presença nesta grande festa cheia de glamour, surpresas e muita animação.

Contamos consigo! [LER MAIS](#)



Torneio de Padel em Coimbra

Participe no Torneio de Padel que se realiza no campo da Casa de Pessoal do Hospital dos Covões. Inscreva-se, jogue e desfrute de almoço com várias iguarias! [LER MAIS](#)

Desporto, sempre!



Cada Passo Conta

Participe na corrida de 10 km ou caminhada de 5 km na Amadora, no Dia Nacional de Luta contra a Obesidade! [**LER MAIS**](#)



Conquiste o troféu Fidelidade

Não perca a oportunidade de participar gratuitamente no III Open Padel de Seguros, dia 24/05 — venha fazer parte desta grande competição desportiva! [**LER MAIS**](#)



Precisamos de si na nossa Equipa

E se este mês experimentasse fazer uns treinos com a nossa equipa de Basquetebol? Procuramos novos jogadores para integrar a nossa equipa. Inscreva-se! [LER MAIS](#)



Últimas Corridas e Caminhadas

Estamos a fechar a época de 2024/25 na Seção de Atletismo e por isso, a aceitar as últimas inscrições. Vai ficar de fora ou acabamos em força? [LER MAIS](#)

Aproveite também para ver a [Agenda Desportiva](#) e os [Resultados Desportivos](#).

Junte-se a nós



SEJA NOSSO ASSOCIADO E APROVEITE AS VANTAGENS.

Inscreva-se [aqui](#).

Relembramos ainda...

Cianotipia: Crie as suas imagens azuis!

Participe do nosso workshop de cianotipia e descubra a arte de criar imagens azuis em papéis e tecidos! [LER MAIS](#)

Pilates na Cadeira

Venha conhecer as nossas aulas de Pilates na Cadeira e descubra os benefícios dessa prática! [LER MAIS](#)

Serviços de Bem-Estar

Cuide de si e aproveite os serviços de bem-estar do GDC em todo o país, de norte a sul! [LER MAIS](#)

Viagens Incríveis!

Ainda se pode inscrever nas viagens de **Salamanca** ([LER MAIS](#)) e **Azerbaijão, Geórgia e Arménia** ([LER MAIS](#)).

Veja como correram as últimas iniciativas

Reviva os melhores momentos [aqui](#).

Protocolos

Descubra os nossos protocolos e todas as vantagens de fazer parte deste grupo!
[Aqui](#) poderá consultá-los em detalhe.



Copyright © 2025 GDC FIDELIDADE

Todos os direitos reservados

Aos sócios do GDC Fidelidade com a assinatura da newsletter do My GDC

Se, por algum motivo, não quiser receber a nossa newsletter, poderá dar-nos essa indicação através do email: grupo.desportivo@fidelidade.pt.

Contactos da Sede do GDC

[R. Dr. António Martins 23 A, 1070-091 Lisboa](#)

Telf. 213 513 110 | Telm.931 103 994

Site: www.gdc.fidelidade.pt