

NATAÇÃO									
CRIANÇAS	Nível 0	Nível 1	Nível 2	Nível 3	ADULTOS	Nível 1	Nível 2	CLASSE LIVRE	Sem Professor
2ª / 5ª	17h00 / 17h45 18h30 / 19h15	17h45 / 18h30 20h00	18h30	17h45 / 18h30 19h15	2ª / 4ª / 6ª	8h00	7h15 / 8h00 / 11h00	2ª 3ª 4ª 5ª 6ª	7h15* / 8h00 / 8h45 / 9h30 / 10h15 / 11h00 11h45 / 12h40 / 13h15 / 14h00 / 14h45 15h30 / 16h15 / 17h00
3ª / 6ª	17h00 17h45 18h30 19h15	17h00 / 17h45 18h30 / 20h00	17h45 18h30 20h00	17h45 / 18h30 19h15 / 20h00	2ª / 5ª	18h30 20h00	17h45 / 18h30 19h15 / 20h00		
4ª / (Sábado)	17h00 17h45 18h30 (9h30) 19h15 (11h00) 20h00 (8h45)	17h45 (8h45) 18h30 (9h30) (18h30)	18h30 (9h30)	18h30 (9h30) 19h15 (11h00)	3ª / 5ª	10h15	20h45*		
					3ª / 6ª	15h30 20h00	15h30 / 18h30 / 19h15 20h00		
					4ª / (Sábado)		19h15 / (11h00)	Sábado	8h45 / 9h30 / 10h15 / 11h00 / 11h45 16h15 / 17h00 / 17h45 / 18h30
					Notas Natação: * só 5ªf Pólo Aquático: Sáb. 10h15			Notas Natação Classe Livre: * = só à 2ª, 4ª e 6ª	
LAZER									
HIDRO & FITNESS	SÉNIOR	GINÁSTICA	BIKE	AQUATRaining	ACQUAPOLE	ACQUABOXE	BEBÉS	8-48 Meses	
2ª	11h45	8h45 / 11h00 / 19h15	12h40 / 20h45		3ª / 5ª 11h45		Sábado	10h15 / 11h00 / 11h45 / 17h00	
3ª	14h30	8h00 / 9h30 / 11h00 / 12h40 19h15 / 20h45	-		Sáb. 16h15	Dom. 10h15	Domingo	11h00	
4ª	11h45	8h45 / 11h00 / 17h00 19h15	9h30 / 12h40 20h45				4ª	17h45	
5ª	14h30	8h00 / 9h30 / 11h00 12h40 / 19h15	20h45						
6ª	11h45	8h45 / 11h00 / 19h15 / 20h45	12h40						
Sábado		8h45 / 17h45	18h30						
Domingo		9h30	11h45						

Horário "Low Cost": de segunda a sexta-feira, das 10h00 às 16h15

098.00/MS rev.18: data: 20/04/2018

