

ATIVIDADES AQUÁTICAS ORIENTADAS

NATAÇÃO

6 AOS 36 MESES

SÁBADOS	10h30 às 11h00 / 11h00 às 11h30
---------	---------------------------------

3 AOS 5 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
18h10 às 18h50 *	17h30 às 18h10 / 18h10 às 18h50	09h30 às 10h15 / 10h15 às 11h00
19h35 às 20h15 *	18h50 às 19h30 / 19h35 às 20h15	11h00 às 11h45 / 11h45 às 12h30
20h20 às 21h00 *	20h20 às 21h00	17h00 às 17h45 / 17h45 às 18h30

6 AOS 12 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
18h10 às 18h50 * / 18h50 às 19h30 *	17h30 às 18h10 / 18h10 às 18h50	09h30 às 10h15 / 10h15 às 11h00
19h35 às 20h15 * / 20h20 às 21h00 *	18h50 às 19h30 / 19h35 às 20h15	11h45 às 12h30 / 17h00 às 17h45
	20h20 às 21h00	17h45 às 18h30 / 18h30 às 19h15

13 AOS 17 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
18h50 às 19h30 *	18h50 às 19h30	17h00 às 17h45 / 17h45 às 18h30
		18h30 às 19h15

A PARTIR DOS 13 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
19h35 às 20h20 *	08h00 às 08h45 / 19h35 às 20h20	08h45 às 09h30
20h20 às 21h05 *	20h20 às 21h05 / 21h05 às 21h50	11h00 às 11h45
21h05 às 21h50 *		

HIDROGINÁSTICA

A PARTIR DOS 13 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
08h00 às 08h45 / 08h45 às 09h30	12h45 às 13h30 *	11h45 às 12h30
10h00 às 10h45 / 10h45 às 11h30	17h25 às 18h10	17h45 às 18h30
17h25 às 18h10 / 18h50 às 19h35	18h50 às 19h35	
20h20 às 21h05 * / 21h05 às 21h50	21h05 às 21h50	

Nota: De forma a possibilitar um maior leque de opções para os nossos utentes, foram criados os horários assinalados com (*), permitindo a criação individual do seu próprio horário, não sendo necessário estabelecer a mesma hora durante os dias a frequentar, nem tão pouco o número de vezes que vai frequentar semanalmente.