

# HORÁRIO

## PISCINAS MUNICIPAIS MEDAS

### ATIVIDADES AQUÁTICAS ORIENTADAS

#### NATAÇÃO

##### 6 AOS 36 MESES

SÁBADOS	11.00h - 11.30h / 11.40h - 12.10h / 17.40h - 18.10h
---------	---

##### 3 AOS 5 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
18.20h - 19.00h	18.20h - 19.00h	09.00h - 09.40h
19.00h - 19.40h	19.00h - 19.40h	09.40h - 10.20h
	19.40h - 20.20h	10.20h - 11.00h
		12.20h - 13.00h
		16.20h - 17.00h
		17.00h - 17.40h

##### 6 AOS 17 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
18.20h - 19.00h	17.40h - 18.20h	09.00h - 09.40h
19.00h - 19.40h	18.20h - 19.00h	09.40h - 10.20h
19.40h - 20.20h	19.00h - 19.40h	10.20h - 11.00h
20.20h - 21.00h	19.40h - 20.20h	11.00h - 11.40h
	20.20h - 21.00h	11.40h - 12.20h
	21.00h - 21.40h	16.20h - 17.00h
		17.00h - 17.40h
		17.40h - 18.20h

##### A PARTIR DOS 18 ANOS

SEG. / QUA. / SEX.	TER. / QUI.	SÁBADOS
19.40h - 20.20h	19.40h - 20.20h	09.00h - 09.40h
20.20h - 21.00h	20.20h - 21.00h	11.00h - 11.40h
	21.00h - 21.40h	16.20h - 17.00h

#### HIDROGINÁSTICA

##### 13 AOS 17 ANOS / A PARTIR DOS 18 ANOS

SEG.	TER.	QUA.	QUI.	SEX.	SÁB.
17.40h - 18.20h	09.10h - 09.50h*	17.40h - 18.20h	09.10h - 09.50h*	17.40h - 18.20h	09.00h - 09.40h
19.00h - 19.40h	17.40h - 18.20h	19.00h - 19.00h	17.40h - 18.20h	19.00h - 19.40h	17.00h - 17.40h
19.40h - 20.20h	21.00h - 21.40h*	19.40h - 20.20h	21.00h - 21.40h*	19.40h - 20.20h	
21.00h - 21.40h		21.00h - 21.40h		21.00h - 21.40h	

NOTA:

De forma a possibilitar um maior leque de opções para os nossos utentes, foram criados horários flexíveis para a Hidroginástica, permitindo a cada um dos interessados a construção 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.

As aulas de terça e quinta-feira, das 9.10 horas às 9.50 horas e das 21 horas às 21.40 horas, não funcionam em horários flexíveis.