

Natação, Classe Livre e Tempo Livre

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
08:00	A1 A2 TL		A1 A2 TL		A1 A2 TL	
08:45	TL		TL		TL	
09:30	A1 A2 TL		A1 A2 TL		A1 A2 TL	C0 C1 TL
10:15	TL	TL	TL	TL	TL	TL
11:00	C0 C1 TL	C0 C1 TL	C0 C1 TL	C0 C1 TL	C0 C1 TL	BB TL
11:45		A1 A2 TL		A1 A2 TL		
12:45		TL		TL		
17:45	TL		TL		TL	
18:30	C0 C1 TL		C0 C1 TL		C0 C1 TL	
19:15	TL		TL		TL	
20:00	A1 A2 TL		A1 A2 TL		A1 A2 TL	

Atividades Desportivas e Fitness Aquático

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
08:00						
08:45	aquagym		aquagym		aquagym	
09:30						
10:15	hidro	hidro	hidro	hidro	hidro	hidro
11:00						
12:45		bike		bike		
17:45	aquagym		aquagym		aquagym	
19:15	hidro		hidro		hidro	

Legenda:

- C0

Natação para Crianças nível 0
- C1

Natação para Crianças nível 1
- C2

Natação para Crianças nível 2
- C3

Natação para Crianças nível 3
- BB

Natação para bebés
- A1

Natação para Adultos nível 1
- A2

Natação para Adultos nível 2
- CL

Classe Livre
- TL

Tempo Livre
- hidro

Hidroginástica
- bike

Hidrobike
- aquagym

Ginásio Aquático