

MAPA DE AULAS 15/16

Actividade	Idade	2ª 4ª 6ª Feira	3ª 5ª Feira	Sábado	Domingo
Natação Bebés	BB1 12/18 meses			08h30 15h30 16h00	9h00 10h30
	BB2 18/24 meses	17h00(4ª)	16h15	08h30 09h30 15h30 16h00	09h00 09h45 11h00
	BB3 24/36 meses	17h00(4ª)	16h15	08h30 09h30 16h00 16h30	09h00 09h30 10h00
Natação Crianças	AMA 3 3 anos			08h30 09h45 12h15 17h00 17h30	11h30 11h45
	AMA 4 4 anos	17h45	17h00	09h00 10h15 15h15 17h30	09h30 10h30 11h00
	AMA 4/5 4/5 anos	16h15 18h30 19h15	16h15 18h30 19h15	10h45 12h15 16h30	10h15 11h45
	AMA 5 5 anos	16h15 17h00(4ª) 17h45	17h00 17h45	11h30 15h15 16h00 17h15	
	NÍVEIS 1/2/3/4 6/7 anos 8/12 anos 13/16 anos	08h30 09h00 09h45 16h15 17h45 18h30 19h15	16h15 17h00 17h45 18h30 19h15 20h00	09h00 09h15 10h00 10h45 11h30 12h15 15h15 15h45 16h30 16h45 17h15	09h00 09h30 10h15 11h00 11h30 11h45 12h00 12h15
Natação Adulto	NÍVEIS 1/2/3/4 + 13 anos +16 anos	07h45 08h45 12h00 12h45 13h30 16h15 17h45 18h30 19h15 20h00 20h45	07h45 08h45 12h45 13h30 15h30 16h15 17h45 18h30 19h15 20h00 20h45	11h30 12h15	
Aquafitness	+ 13 anos	07h45 09h45 13h30 19h15 20h45	07h45 13h30 17h00 19h15 20h45	10h00 12h15	09h45 12h15
Aquadeep	+ 13 anos		09h45		
Hidrodeep	+ 13 anos	20h00	20h00		
Hidroginastica	+ 59 anos	08h30 10h30 11h15 15h30 12h00 12h30 13h45 16h15 17h00	08h30 10h30 11h15 12h00 12h30 13h45 15h30 16h15		
Utilização Livre Desportiva Adulto <small>(piscina competição)</small>	> 18 anos	07h45-19h00 20h00-21h30	07h45-19h00 20h00-21h30	09h00-19h00	09h00-19h00
Utilização Livre Recreativa Adulto <small>(piscina competição) (tanque aprendizagem)</small>	> 18 anos	07h45-17h00	07h45-17h00	13h00-19h00	09h00-19h00
Utilização Livre Recreativa Criança/Adulto <small>(piscina competição) (tanque aprendizagem)</small>	> 2 anos			13h00-15h15	13h00-19h00