

# Piscina do Oriente





## Utilização Livre

Agosto de 2021

Horário	2ªfeira	3ªfeira	4ªfeira	5ªfeira	6ªfeira
8h15 – 9H00	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
9H30 – 10H15	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
10H15-11H00	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
11H00 – 11H45	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
11H45 – 12H30	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
12H30 – 13H15	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
13h15 – 14h00	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
14H00 – 15H00	Desinfeção e Higienização Geral				
15H15 – 16H00	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
16H00 – 16H45	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
16H45 – 17H30	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
17H30 – 18H15	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
18H15 – 19H00	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
19H00 – 19H45	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
19H45 – 20H30	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA
20H30 – 21H15	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA	6 + TA

Horário	Sábado
8H15 – 9H00	6 + TA
9H00 – 9H45	6 + TA
9H45 – 10H30	6 + TA
10H30 – 11H15	6 + TA
11H15 – 12H00	6 + TA
12H00 – 12H45	6 + TA
12H45 – 13H15	6 + TA

Horário	Domingo
9H00 – 9H45	6 + TA
9H45 – 10H30	6 + TA
10H30 – 11H15	6 + TA
11H15 – 12H00	6 + TA
12H00 – 12H45	6 + TA
12H45 – 13H15	6 + TA

 Não existe Utilização livre
 Utilização desportiva para adultos- 1 pista
 Utilização desportiva para adultos e crianças – 2 ou 3 pistas
 Utilização desportiva e recreativa para adultos e crianças – 4 ou mais pistas e tanque de aprendizagem (TA)

O horário da utilização livre poderá sofrer alterações sem aviso prévio consoante as reservas de espaço.

**UTILIZAÇÃO LIVRE DESPORTIVA** - Destina-se aos utilizadores adultos, que pretendem nadar sem enquadramento técnico, aperfeiçoando a sua técnica de nado ou manter uma boa condição física. Obrigatoriedade do domínio de uma técnica de nado num percurso de 25 metros. (sujeito a teste)

**UTILIZAÇÃO LIVRE RECREATIVA:** Destina-se aos utilizadores adultos, que pretendem praticar diferentes atividades lúdico/recreativas no meio aquático, sem enquadramento técnico.

### LOTAÇÃO

Nº máximo de utilizadores por pista – 3

Nº de utilizadores do tanque de aprendizagem - 6



**PARQUE  
DAS NAÇÕES**  
JUNTA DE FREGUESIA . LISBOA