

Piscina Espaço HidroSaúde

Piscina Espaço HidroSaúde														
Entrada Balneário	Atividade	Saída Balneário	Segunda-feira	Cod.	Terça-feira	Cod.	Quarta-feira**	Cod.	Quinta-feira	Cod.	Sexta-feira	Cod.	Sábado	Cod.
08h30	08H45 - 09H15	09h35	Natação Sénior	1	Natação Sénior	8	Natação Sénior	15	Natação Sénior	1	Natação Sénior	8	Escolas de Natação	4
09h00	09H15 - 09H45	10h05	Natação Sénior	2	Natação Sénior	9	Natação Sénior	16	Natação Sénior	2	Natação Sénior	9	Escolas de Natação	5
09h30	09H45 - 10H15	10h35	Natação Sénior	3	Natação Sénior	10	Natação Sénior	17	Natação Sénior	3	Natação Sénior	10	Escolas de Natação	6
			Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza	
10h30	10H45 - 11H15	11h35	Hidroginástica	1	Hidroginástica	7	Hidroginástica	16	Hidroginástica	1	Hidroginástica	7	Escolas para Bébes	1
11h00	11H15 - 11H45	12h05	Hidroginástica	2	Hidroginástica	8	Hidroginástica	17	Hidroginástica	2	Hidroginástica	8	Escolas para Bébes	2
11h30	11H45 - 12H15	12h35	Hidroginástica	3	Hidroginástica	9	Hidroginástica	18	Hidroginástica	3	Hidroginástica	9	Escolas para Bébes	3
12h00	12H15 - 12H45	13h05	Aula Livre		Aula Livre		Aula Livre		Aula Livre		Aula Livre			
			Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza			
13h00	13H15 - 13H45	14h05	Hidroginástica	4	Hidroginástica	10	Hidroginástica	19	Hidroginástica	4	Hidroginástica	10		
13h30	13H45 - 14H15	14h35	Hidroginástica	5	Hidroginástica	11	Hidroginástica	20	Hidroginástica	5	Hidroginástica	11		
14h00	14H15 - 14H45	15h05	Hidroginástica	6	Hidroginástica	12	Hidroginástica	21	Hidroginástica	6	Hidroginástica	12		
			Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza			
15h00	15H15 - 15H45	16h05	Natação Sénior	4	Natação Sénior	11	Natação Sénior	18	Natação Sénior	4	Natação Sénior	11		
15h30	15H45 - 16H15	16h35	Natação Sénior	5	Natação Sénior	12	Natação Sénior	19	Natação Sénior	5	Natação Sénior	12		
16h00	16H15 - 16H45	17h05	Natação Sénior	6	Natação Sénior	13	Natação Sénior	20	Natação Sénior	6	Natação Sénior	13		
16h30	16H45 - 17H15	17h35	Natação Sénior	7	Natação Sénior	14	Natação Sénior	21	Natação Sénior	7	Natação Sénior	14		
			Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza		Limpeza			
17h30	17H45 - 18H15	18h35	Escolas de Natação	1	Hidroginástica	13	Escolas de Natação	4	Hidroginástica	13	Escolas de Natação	1		
18h00	18h15 - 18h45	19h05	Escolas de Natação	2	Hidroginástica	14	Escolas de Natação	5	Hidroginástica	14	Escolas de Natação	2		
18h30	18h45 - 19h15	19h35	Escolas de Natação	3	Hidroginástica	15	Escolas de Natação	6	Hidroginástica	15	Escolas de Natação	3		
19h00	19h15 - 19h45	20h05	Aula Livre		Aula Livre		CEFAD		Aula Livre		Aula Livre			
19h30	19h45 - 20h15	20h35	Aula Livre		Aula Livre		CEFAD		Aula Livre		Aula Livre			
20h00	20h15 - 20h45	21h05	Aula Livre		Aula Livre		CEFAD		Aula Livre		Aula Livre			