

PISCINA

FREGUESIA DE AVENIDAS NOVAS



AULAS/HORÁRIOS 2018/19

		2ª, 4ª e 6ª	3ª e 5ª	Sábado	Domingo
Hidroginástica	HG	8h 17h35, 19h15	12h30 17h35	10h25	
	HS	10h, 15h	9h30, 15h		
Fisioterapia Aquática		8h, 8h45 16h, 16h45	8h 16h45		
Reeducação Postural (Ginásio)			9h		
FOW		20h (2ª)	20h (5ª)	12h05	
Natação Adultos	Ama + 13	18h25	19h15, 20h05		
	Nível 1 + 13	8h45 12h30, 18h25	8h30, 12h30 18h25, 20h05		
	Nível 2 + 13	8h45, 12h30 20h05	8h30, 12h30 19h15, 20h05		
	Nível 3 + 13	8h45, 12h30 20h05 19h15 (2ª e 4ª) 18h25 (6ª)	8h30, 12h30 19h15, 20h05	11h15 12h05	
Natação Crianças	Ama 3/4	17h35, 18h25 19h15	17h35, 18h25 19h15	8h45, 9h35 10h25, 11h15 12h05	9h30, 10h20 12h
	Ama 5/6	17h35, 18h25 19h15	16h45, 17h35 18h25, 19h15	8h45, 9h35 10h25, 11h15 12h05	12h
	Ama 7/13	17h35	18h25	8h45, 12h05	
	Ama 7/13 +	17h35, 18h25 19h15	17h35, 18h25 19h15	9h35, 11h15	12h
	Nível 1 + 7	17h35 19h15	17h35, 18h25 19h15	9h35, 11h15 12h05	11h10
	Nível 2 + 7	18h25, 19h15	17h35, 18h25	10h25, 11h15	
Nível 3 + 7	18h25, 19h15 (6ª)	17h35, 18h25	11h15		
Natação Bebés	6/12 Meses			9h15	9h30
	12/18 Meses			9h45	10h30, 11h30
	18/24 Meses			8h45, 9h15	9h30, 11h
	24/30 Meses			8h45, 9h45 10h15, 10h45	10h, 10h30 11h, 11h30

Nota: A piscina reserva-se no direito de gerir a abertura/fecho de todas as aulas, de acordo com o número de utentes inscritos.