

HORÁRIOS 2019/2020



PISCINAS
MUNICIPAIS

ARCOS DE VALDEVEZ

BEBÉS - 9 - 36 MESES



Rázinhas

Entrada Água	Saída Água	SÁBADO
10h15	10h45	CR 1 Nuno

APRENDIZAGEM



Polvos



Golfinhos

Entrada Água	Saída Água	SÁBADO
10h45	11h30	CR 9 Nuno

CRIANÇAS: 3 - 5 ANOS



Cavalos
Marinhos

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
17h45	18h30		CR 2 Renato		CR 2 Renato	
18h30	19h15	CR 8 Nuno		CR 8 Nuno		

CRIANÇAS: 6 - 10 ANOS



Polvos

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
17h45	18h30		CR 3 Vitor		CR 3 Vitor	
18h35	19h20		CR 4 Vitor		CR 4 Vitor	

CRIANÇAS: 6 - 15 ANOS



Golfinhos

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
17h45	18h30		CR 5 Filipe		CR 5 Filipe	

CRIANÇAS: 8 - 15 ANOS



Golfinhos



Tubarões

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
18h30	19h15	CR 6 Renato		CR 6 Renato		
18h35	19h20		CR 7 Filipe		CR 7 Filipe	

TURMA DE HIDROGINÁSTICA

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
10h30	11h15		HG 1 Diana			HG 1 Diana
18h00	18h45		HG 2 Eduardo		HG 2 Eduardo	
19h30	20h15	HG 3 Marta F.		HG 3 Marta F.	HG 4 Marta F.	

TURMA DE AQUATERAPIA

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
10h00	10h45			AT 4 Fábio		AT 4 Fábio
10h45	11h30			AT 5 Fábio		AT 5 Fábio
17h30	18h15		AT 6 Paula			AT 6 Paula
18h30	19h15	AT 1 Jacinto	AT 2 Jacinto		AT 1 Jacinto	AT 2 Jacinto
19h15	20h00	AT 3 Jacinto			AT 3 Jacinto	

APRENDIZAGEM ADULTOS

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F	SÁBADO
10h00	10h45			AD 11 Lobo			
19h00	19h45		AD 10 Lobo		AD 10 Lobo		

TURMA DE COMPETIÇÃO

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
17h30	19h00	COM 12 Eduardo		COM 12 Eduardo		COM 12 Eduardo
18h45	20h00				COM 12 Eduardo	Treino no ginásio