

HORÁRIOS 2026/2027

ESCOLA DE NATAÇÃO



**PISCINAS
MUNICIPAIS**

ARCOS DE VALDEVEZ

BEBÉS | 9 - 36 MESES

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
11h00	11h30						CR1 Vítor/Nuno

CAVALOS MARINHOS | 3 - 5 ANOS

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
10h15	11h00						CR11 Vítor/Nuno
17h30	18h15	CR2 Nuno/ Francisco	CR3 Francisco /Ruben	CR2 Nuno/ Francisco	CR3 Francisco /Ruben	CR2 Nuno/ Francisco	

POLVOS | 6 - 10 ANOS

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h30	10h15						CR9 Nuno
17h30	18h15	CR14 Ruben	CR4 Vítor	CR14 Ruben	CR4 Vítor		
18h15	19h00	CR5 Francisco	CR6 Filipe	CR5 Francisco	CR6 Filipe		

GOLFINHOS / TUBARÕES | 8 - 15 ANOS

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h30	10h15						CR10 Vítor
17h30	18h15		CR7 Filipe		CR7 Filipe		
18h15	19h00		CR8 Vítor		CR8 Vítor		

HIDROGINÁSTICA

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
10h15	11h00	HG1 Mariangela		HG1 Mariangela		HG1 Mariangela	
18h30	19h15	HG4 Ruben	HG2 Eduardo	HG4 Ruben	HG2 Eduardo		
19h30	20h15		HG3 Eduardo		HG3 Eduardo		

HIDROPILATES

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h15	10h00	HP1 Mariangela		HP1 Mariangela		HP1 Mariangela	

AQUATERAPIA

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h15	10h00	AT2 Fábio		AT2 Fábio			AT8 Fábio
10h00	10h45	AT3 Fábio		AT3 Fábio			
10h45	11h30	AT6 Fábio		AT6 Fábio			
11h30	12h15	AT9 Fábio		AT9 Fábio			
17h30	18h15	AT7 Fábio		AT7 Fábio			
18h30	19h15	AT1 Jacinto	AT4 Jacinto	AT1 Jacinto	AT4 Jacinto		
19h15	20h00	AT5 Jacinto	AT10 Jacinto	AT5 Jacinto	AT10 Jacinto		

APRENDIZAGEM ADULTOS

Entrada Água	Saída Água	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
19h15	20h00	AP12 Ruben	AP13 Filipe	AP12 Ruben	AP13 Filipe		