

HORÁRIOS 2018/2019



PISCINAS
MUNICIPAIS

ARCOS DE VALDEVÉZ

BEBÉS - 9 - 36 MESES



Rãs/Inhas

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

APRENDIZAGEM



Polvos



Golfinhos

Entrada Água	Saída Água	SÁBADO
10h45	11h30	AP 10 Nuno

CRIANÇAS: 3 - 5 ANOS



Cavalos
Marinhos

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
18h00	18h45		CR 2 Renato		CR 2 Renato	
18h30	19h15	CR 9 Nuno		CR 9 Nuno		

CRIANÇAS: 6 - 10 ANOS



Polvos

Entrada Água	Saída Água	2ª F	3ª F	4ª F	5ª F	6ª F
18h00	18h45		CR 3 Vitor		CR 3 Vitor	
18h50	19h35		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
18h00	18h45		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 7 Renato		CR 7 Renato		
18h50	19h35		CR 8 Filipe		CR 8 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 5 Fábio	AT 4 Fábio	AT 5 Fábio	
18h45	19h30	AT 1 Jacinto	AT 2 Jacinto		AT 1 Jacinto	AT 2 Jacinto
19h30	20h15	AT 3 Jacinto			AT 3 Jacinto	

APRENDIZAGEM ADULTOS

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

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