HORÁRIO – AULAS NA PISCINA

	SEGUNDA-FEIRA						
	TANQUE PEQUENO (TP)		TANQUE GRANDE				
	TP 1	TP 2	PLATAFORMA 1	PLATAFORMA 2	PISTA 3	PISTA 4	PISTAS 5-6-7
9:15	Hidroginástica (Sérgio)						
10:00	Hidroginástica (Sérgio)		Natação Adultos AMA/APD/APF (Paulo)				
10:45							
11:45	Hidroterapia (Eurico/Paulo)						
14:30	Univ. Sénior (Bruno)						
16:00							
16:50	Hidroginástica (Paulo)						
18:00	Natação < 16 anos AMA (Zé Carlos/Eurico)		Natação < 16 anos APD 1 (Sérgio)		Natação < 16 anos APD 2 (Paulo)	Natação < 16 anos APF (Diogo)	CLUBE NATAÇÃ0
18:45	Hidrobike (Sérgio Coelho)		Natação < 16 anos AMA (Sérgio)	Natação Adultos AMA/APD/APF (Eurico)		Natação < 16 anos APD/APF (Zé Carlos e Diogo)	CLUBE NATAÇÃ0
19:30	Hidroginástica (Bruno)		Natação < 16 anos AMA (Zé Carlos)	Natação Adultos AMA/APD/APF (Eurico)		Natação < 16 anos APD/APF (Eurico)	CLUBE NATAÇÃ0
20:15							CLUBE NATAÇÃ0

	TERÇA-FEIRA						
	TANQUE PEQUENO (TP)		TANQUE GRANDE				
	TP 1	TP 2	PLATAFORMA 1	PLATAFORMA 2	PISTA 3	PISTA 4	PISTAS 5-6-7
9:15	Hidroterapia (Paulo)						
10:00	Hidroginástica (Paulo)						
10:45	Univ. Sénior (Eurico)						
11:45	Hidroterapia (Eurico/Paulo)						
14:30							
16:00							
16:50	Hidroginástica (Sérgio)		Natação Adultos AMA/APD/APF (Paulo)				
18:00	Natação < 16 anos AMA (Zé Carlos/Zézé)		Natação < 16 anos APD1 (Sérgio)		Natação < 16 anos APD2 (Eurico)	Natação < 16 anos APF (Diogo)	CLUBE NATAÇÃ0
18:45	Hidroginástica (Tiago)		Natação < 16 anos AMA (Sérgio)	Natação Adultos AMA/APD/APF (Eurico)		Natação < 16 anos APD/APF (Zézé)	CLUBE NATAÇÃ0
19:30	Hidrobike (Bruno)		Natação < 16 anos AMA (Zézé)	Natação Adultos AMA/APD/APF (Eurico)		Natação < 16 anos APD/APF (Eurico)	CLUBE NATAÇÃ0
20:15	Hidroginástica (Sérgio)						CLUBE NATAÇÃ0

	QUARTA-FEIRA						
	TANQUE PEQUENO (TP)		TANQUE GRANDE				
	TP 1	TP 2	PLATAFORMA 1	PLATAFORMA 2	PISTA 3	PISTA 4	PISTAS 5-6-7
9:15							
10:00							
10:45							
11:45							
14:30							
16:00	Hidroterapia (Paulo)						
16:50							
18:00	Hidrobike (Paulo)	Natação < 16 anos AMA (Eurico)	Natação < 16 anos APD (Zézé)		Natação < 16 anos APD (Diogo)		CLUBE NATAÇÃ0
18:45	Natação Bébés (Marta/Paulo)		Natação < 16 anos AMA (Zézé)		Natação < 16 anos APD/APF (Eurico)		CLUBE NATAÇÃ0
19:30	Hidroterapia (Eurico/Paulo)		Natação < 16 anos AMA (Zézé)		Natação < 16 anos APD/APF (Diogo)		
20:15	Hidroginástica (Marta)						

LEGENDA: **AMA** – Adaptação ao Meio Aquático / **APD 1** – Aprendizagem (Crol e Costas) / **APD 2** – Aprendizagem (Crol, Costas e Bruços) / **APF** – Aperfeiçoamento (4 estilos)