



Horários e Preçário ENV 16-17

NATAÇÃO ADULTOS

Horário	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira		Sábado		Domingo	
	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD
8h15 - 9h00			AQUAMIX						AQUAMIX					
9h00 - 9h45			Nível 0	Nível 1/2				Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2		Nível 1/2		
9h45 - 10h30	AQUAMIX			Nível 1/2			AQUAMIX			Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2		
10h30 - 11h15											Nível 0 (1x)	Nível 1/2 (1x)		Nível 1/2 (1x)
11h15 - 12h00													Nível 0 (1x)	Nível 1/2 (1x)
12h00 - 12h45														
16h30 - 17h15			Nível 0								Nível 0 (1x)*			
18h00 - 18h45			Nível 0	Nível 1/2					Nível 0	Nível 1/2				
18h45 - 19h30	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2				
19h30 - 20h15	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0*	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2	Nível 0*	Nível 1/2				
20h15 - 21h00		Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2				Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2				

ENV Partners:



Hora	Segunda-feira				Terça-feira				Quarta-feira				Quinta-feira				Sexta-feira				Sábado			Domingo		
	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PA	PA	PD
9h00 - 9h45	<u>NATAÇÃO INFANTIL</u>  																					6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X			
9h45 - 10h30																					3-4	6-12 N0	6-12 N1/2			
10h30 - 11h15																					2-3 1X	6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X	3-4 1X*	6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X
11h30 - 12h15																					4A 1X	6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X		6-12 N0 1X 11h15	
12h15 - 12h45																					4-5 1X	Nat. Bebés C/Acomp. 18-30 meses				
12h45 - 13h15																						Nat. Bebés C/Acomp. 4-17 meses				
16h30 - 17h15																					3-4 1X	6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X			
17h15 - 18h00	3-4	6-12 N0	6-12 N1/2		3-4	6-12 N0	6-12 N1/2		2-3 1X*				3-4	6-12 N0	6-12 N1/2		3-4	6-12 N0	6-12 N1/2		4-5 1X	6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X			
18h00 - 18h45	2-3	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3	4-5	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3	3-4	6-12 N0 1X	6-12 N1/2 1X		2-3	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3	4-5	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3						
18h45 - 19h30	4-5	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3	2-3 3-4	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3		6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3	4-5	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3	2-3 3-4	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3						
19h30 - 20h15					4-5	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3		6-12 N0	6-12 N1/2						4-5	6-12 N0	6-12 N1/2	8-13 N3						

Obs.: Nível 3 - Natação Multidisciplinar Competitiva,
Crianças com 13 anos podem ser colocadas em Natação Adultos.

ENV Partners:



AQUAFITNESS

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
7h45 - 8h30	HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)		HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)	
8h15-9h00	AQUAMIX (PA/PD)	AQUAMIX (PA/PD)		AQUAMIX (PA/PD)	AQUAMIX (PA/PD)	
9h00 - 9h45	HIDROGINÁSTICA (PA)	HIDROGINÁSTICA (PD)		HIDROGINÁSTICA (PA)	HIDROGINÁSTICA (PD)	
9h45 - 10h30	AQUAMIX (PA/PD)			AQUAMIX (PA/PD)		
10h30 - 11h15						HIDROGINÁSTICA (PA)
11h30 - 12h15						HIDROGINÁSTICA (PD)
12h30 - 13h15	HIDROGINÁSTICA (PD)			HIDROGINÁSTICA (PD)	AQUAZUMBA (PA)*	
16h15 - 17h00						
17h15 - 18h00	HIDROGINÁSTICA (PD)			HIDROGINÁSTICA (PD)		HIDROGINÁSTICA (PD)
18h00 - 18h45	HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)		HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)	
18h45 - 19h30	HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)	AQUAZUMBA (PD)*	HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)	
19h30 - 20h15	HIDROGINÁSTICA (PA)			HIDROGINÁSTICA (PA)		
20h15 - 21h00	HIDROGINÁSTICA (PA)	HIDROGINÁSTICA (PA)	HIDROGINÁSTICA (PA) (20h30)	HIDROGINÁSTICA (PA)		

ENV Partners:



HIDROSÉNIOR

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
9h00 – 9h45			HIDROSÉNIOR (PA)		
9h45 – 10h30		HIDROSÉNIOR (PA)*	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)
10h30 – 11h15	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)
11h15 – 12h00	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)
14h45 – 15h30	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)
15h30 – 16h15	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)*	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)

HIDROTERAPIA

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
8h15 – 9h00			HIDROTERAPIA (PA)*		HIDROTERAPIA (PA)*	
14h00 – 14h45						HIDROTERAPIA (PA)*
14h15 – 15h00	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)*	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)	

Observações: PD – Piscina Desportiva,

PA – Piscina de Aprendizagem,

*– Abertura da aula sujeita ao número mínimo de inscrições.

ENV Partners:

