

# PISCINA MUNICIPAL DE ARGANIL

## ESCOLA MUNICIPAL DE NATAÇÃO

### Horários das Turmas



#### Turmas de Bebés, AMA 1 e AMA 2

|       | Segunda      | Terça          | Quarta         | Quinta         | Sexta          | Sábado         |
|-------|--------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 10:00 |              |                |                |                |                | Bebés          |
| 10:40 |              |                |                |                |                | AMA 1          |
| 11:30 |              |                |                |                |                | AMA 2          |
| 17:00 | AMA 1        | AMA 1          |                |                | AMA 1          |                |
| 18:00 | AMA 1        | AMA 1<br>AMA 2 | AMA 1<br>AMA 2 | AMA 1<br>AMA 2 | AMA 1<br>AMA 2 | AMA 1<br>AMA 2 |
| 19:00 |              | AMA 1          | AMA 1<br>AMA 2 | AMA 1          | Bebés          | AMA 2          |
| 19:45 |              | AMA 1          | AMA 1          | AMA 1          | AMA 1          |                |
| 20:30 | Encerramento |                |                |                |                |                |

#### Turmas de Hidroginástica e Hidro Sénior

|       | Segunda        | Terça          | Quarta         | Quinta         | Sexta          | Sábado         |
|-------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 10:00 | Hidro Sénior   | Hidro Sénior   | Hidro Sénior   | Hidro Sénior   | Hidro Sénior   |                |
| 16:00 |                |                |                |                |                | Hidroginástica |
| 17:00 |                |                |                |                |                |                |
| 18:00 |                |                |                |                |                |                |
| 19:00 | Hidroginástica |                | Hidroginástica |                | Hidroginástica |                |
| 19:45 | Hidroginástica | Hidroginástica |                | Hidroginástica |                |                |
| 20:30 | Encerramento   |                |                |                |                |                |

#### Turmas de Pré-Aperfeiçoamento, Aperfeiçoamento 1 e Aperfeiçoamento 2

|       | Segunda      | Terça                | Quarta    | Quinta               | Sexta     | Sábado                          |
|-------|--------------|----------------------|-----------|----------------------|-----------|---------------------------------|
| 12:30 |              |                      |           |                      |           | Pré Aperf<br>Aperf 1<br>Aperf 2 |
| 18:00 | Pré-Aperf    | Aperf 1              | Pré-Aperf | Pré-Aperf<br>Aperf 1 | Pré-Aperf |                                 |
| 19:00 | Aperf 1      | Pré-Aperf<br>Aperf 2 |           | Pré-Aperf            |           | Aperf 2                         |
| 19:45 |              |                      |           |                      |           |                                 |
| 20:30 | Encerramento |                      |           |                      |           |                                 |

#### Turmas de Natação Adaptada e AquaGym

|       | Segunda      | Terça                       | Quarta  | Quinta                      | Sexta   | Sábado  |
|-------|--------------|-----------------------------|---------|-----------------------------|---------|---------|
| 17:00 | AquaGym      | AquaGym<br>Natação Adaptada | AquaGym | AquaGym<br>Natação Adaptada | AquaGym | AquaGym |
| 18:00 |              |                             |         |                             |         |         |
| 19:00 |              |                             |         |                             |         |         |
| 19:45 |              | AquaGym                     |         |                             | AquaGym |         |
| 20:30 | Encerramento |                             |         |                             |         |         |

#### Turmas de Competição

|       | Segunda      | Terça | Quarta     | Quinta | Sexta      | Sábado |
|-------|--------------|-------|------------|--------|------------|--------|
| 17:00 |              |       |            |        |            |        |
| 18:00 | Competição   |       | Competição |        | Competição |        |
| 19:00 |              |       |            |        |            |        |
| 19:45 |              |       |            |        |            |        |
| 20:30 | Encerramento |       |            |        |            |        |

#### Turmas de Natação Adultos

|       | Segunda      | Terça | Quarta          | Quinta          | Sexta           | Sábado |
|-------|--------------|-------|-----------------|-----------------|-----------------|--------|
| 11:45 |              |       |                 |                 | Natação Adultos |        |
| 19:45 |              |       | Natação Adultos | Natação Adultos |                 |        |
| 20:30 | Encerramento |       |                 |                 |                 |        |