

Aulas de Natação

Piscinas de Moreira de Cónegos

Segunda-Feira

A0, A1 🏊 Manhã 09:00-09:45 🌙 Noite 19:30-20:15	A2, A3 🏊 Manhã 09:45-10:30 🌙 Noite 19:30-20:15	B0 🌙 Noite 19:00-19:30	B1AB 🌙 Noite 18:00-18:30	B1C 🌙 Noite 18:30-19:00	C0, C1 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30 19:30-20:15*	C1+, C2, C3 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30
---	---	-------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	--	---

*Apenas C0

Quinta-Feira

A0, A1 🏊 Manhã 09:45-10:30 🌙 Noite 19:30-20:15	A2, A3 🏊 Manhã 09:00-09:45 🌙 Noite 19:30-20:15	B0 🌙 Noite 19:00-19:30	B1AB 🌙 Noite 18:00-18:30	B1C 🌙 Noite 18:30-19:00	C0, C1 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30 19:30-20:15*	C1+, C2, C3 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30
---	---	-------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	--	---

*Apenas C0

Terça-Feira

A0, A1 🌙 Noite 18:00-18:45 19:30-20:15	A2, A3 🌙 Noite 18:00-18:45 19:30-20:15	B0 🌙 Noite 18:30-19:00	B1AB 🌙 Noite 19:00-19:30	B1C 🌙 Noite 18:00-19:00	C0, C1 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30 19:30-20:15*	C1+, C2, C3 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30
--	--	-------------------------------------	---------------------------------------	--------------------------------------	--	---

*Apenas C0

Sexta-Feira

A0, A1 🌙 Noite 18:00-18:45	A2, A3 🌙 Noite 18:00-18:45	B0 🌞 Tarde 17:30-18:00	B1AB 🌙 Noite 18:30-19:00 19:00-19:30	B1C 🌙 Noite 18:00-19:00	C0, C1 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30 19:30-20:15*	C1+, C2, C3 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30
---	---	-------------------------------------	--	--------------------------------------	--	---

*Apenas C0

Quarta-Feira

A0, A1 🌙 Noite 19:30-20:15	A2, A3 Sem Aulas	B0 🌙 Noite 18:00-18:30	B1AB 🌙 Noite 18:30-19:00 19:00-19:30	B1C Sem Aulas	C0, C1 🌙 Noite 18:00-18:45 18:45-19:30	C1+, C2, C3 Sem Aulas
---	----------------------------	-------------------------------------	--	-------------------------	--	---------------------------------

Sábado

A0, A1 Sem Aulas	A2, A3 Sem Aulas	B0 🏊 Manhã 09:00-09:30 10:00-10:30 11:30-12:00	B1AB 🏊 Manhã 09:00-09:30 10:30-11:00 11:00-11:30 🌞 Tarde 12:00-12:30	B1C 🏊 Manhã 09:30-10:00	C0, C1 🏊 Manhã 09:30-10:15 10:15-11:00 11:00-11:45 11:45-12:00	C1+, C2, C3 🏊 Manhã 10:15-11:00 11:00-11:45
----------------------------	----------------------------	---	---	--------------------------------------	--	---



Aulas de Hidro

Piscinas de Moreira de Cónegos

Segunda-Feira

Hidroginástica

☀ Manhã
09:00-09:45

🌞 Tarde
16:00-16:45

🌙 Noite
18:00-18:45
18:45-19:30

Hidroterapia

☀ Manhã
09:45-10:30
10:30-11:15
11:15-12:00

🌞 Tarde
14:00-14:45
14:45-15:30
15:30-16:15

Terça-Feira

Hidroginástica

☀ Manhã
09:00-09:45

🌞 Tarde
15:45-16:30

🌙 Noite
18:45-19:15
19:30-20:15

Hidroterapia

Sem Aulas

Quarta-Feira

Hidroginástica

Sem Aulas

Hidroterapia

Sem Aulas

Quinta-Feira

Hidroginástica

☀ Manhã
09:00-09:45

🌞 Tarde
16:00-16:45

🌙 Noite
18:00-18:45
18:45-19:30

Hidroterapia

☀ Manhã
09:45-10:30
10:30-11:15
11:15-12:00

🌞 Tarde
14:00-14:45
14:45-15:30
15:30-16:15

Sexta-Feira

Hidroginástica

☀ Manhã
09:00-09:45

🌞 Tarde
15:45-16:30

🌙 Noite
18:45-19:15

Hidroterapia

Sem Aulas

Sábado

Hidroginástica

☀ Manhã
09:30-10:15

Hidroterapia

Sem Aulas

