



Escola de Natação – Horário Época 2022/2023

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado
17:00/ 17:45	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3 Hidroginástica	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3 Hidroginástica	
17:50/ 18:35	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	9:50/ 10:35
	Natação Adultos Nível 3		Natação Bebés 6-24meses e 2-3 anos	Natação Adultos Nível 3		
	Pré-Competição	Pré-Competição		Pré-Competição	Pré-Competição	
18:40/ 19:25	Natação Crianças Níveis 1, 2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis 1, 2 e 3	Natação Crianças Níveis AMA, 1,2 e 3	Natação Crianças Níveis 1, 2 e 3	10:40/ 11:25
	Natação Adultos Nível 1	Natação Adultos Nível 1	Natação Bebés 6-24meses e 2-3 anos	Manutenção	Natação Adultos Nível 1	
	Manutenção	Manutenção	Manutenção	Hidrocinésio	Manutenção	
19:30/ 20:15	Natação Crianças Níveis 1, 2 e 3	Natação Adultos Nível 3	Natação Crianças Níveis 1, 2 e 3	Natação Adultos Nível 3	Natação Crianças Níveis 1, 2 e 3	11:30/ 12:15
	Natação Adultos Nível 3	Hidrocinésio Hidroginástica		Hidrocinésio	Hidroginástica	
20:15/ 21:00		Hidroginástica			Hidroginástica	