

PISCINA BOAVISTA ÉPOCA 2022-2023

Horário	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
09:30 - 10:15	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Nat. Bebés (1) 30 min. 09:20
10:15 - 11:00	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Tartarugas 09:30 09:50
11:00 - 11:45	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Nat. Bebés (2) 30 min. 10:10
11:45 - 12:30	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Focas 10:30
12:00 - 12:45	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Nat. Bebés (2) 30 min. 10:40
		Hidroginástica 30 minutos		Hidroginástica 30 minutos		Golfinhos +Tubarões 11:10
13:15 - 14:15	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Adultos 12:00
14:15 - 15:45	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	
15:45 - 16:30	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	
16:30 - 17:15	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	
17:20 - 18:00	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	
	Natação Livre	Focas +Golfinhos	Tartarugas	Focas +Golfinhos	Natação Livre	
	Natação Bebés (1) 30 min.				Natação Bebés (1) 30 min.	
		Pais e Filhos	Pais e Filhos	Pais e Filhos		
18:00 - 18:40	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	
	Tartarugas	Tartarugas	Tartarugas	Tartarugas	Tartarugas	
	Golfinhos +Tubarões	Golfinhos +Tubarões	Golfinhos +Tubarões	Golfinhos +Tubarões	Golfinhos +Tubarões	
	Natação Bebés (2) 30 min.	Natação Adultos	Natação Bebés (1) 30 min.	Natação Adultos	Natação Bebés (2) 30 min.	
18:40 - 19:20	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	Natação Livre	
	Hidroginástica	Tartarugas	Hidroginástica	Tartarugas	Hidroginástica	
	Tartarugas	Golfinhos +Tubarões	Golfinhos +Tubarões	Golfinhos +Tubarões	Natação Jovens + Adultos	
	Natação Adultos	Natação Jovens + Adultos	Natação Adultos	Natação Jovens + Adultos	+ Cross Swim Fit	