

NATAÇÃO CRIANÇAS/JOVENS

ÉPOCA 2023-2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
08H40 09H20						Tartarugas Golfinhos Tubarões Adaptada NJ AMA /1	Cavalos Marinhos Pinguins Estrelas do Mar*
09H20 10H00						Tartarugas Turma 1 Tartarugas Turma 2 Focas Golfinhos Tubarões NJ 1 / 2	Cavalos Marinhos* Pinguins Estrelas do Mar
10H00 10H40						Tartarugas Turma 1 Tartarugas Turma 2 Golfinhos Tubarões NJ AMA	Cavalos Marinhos Pinguins Estrelas do Mar*
11H00 11H40						Tartarugas Golfinhos Tubarões NJ AMA	Cavalos Marinhos Pinguins* Estrelas do Mar
11H40 12H20						Tartarugas Golfinhos Focas NJ 1 / 2 / 3	Cavalos Marinhos Pinguins
12H20 13H00							Tartarugas
							*a partir de novembro de 2023
15H40 16H20						Focas NJ 1 / 2 Pais e Filhos	
16H20 17H00	Tartarugas Golfinhos Tubarões			Tartarugas Golfinhos Tubarões		Cavalos Marinhos Pinguins Tartarugas Pais e Filhos	
17H20 18H00	Tartarugas Golfinhos Tubarões NJ 1 / 2 Focas	Tartarugas Focas Golfinhos NJ AMA	Tartarugas Golfinhos Tubarões NJ 1 / 2	Tartarugas Focas Golfinhos NJ 2 / 3	Tartarugas Golfinhos Tubarões Focas Estrelas do Mar	NJ AMA / 1 / 2 / 3 Golfinhos Tubarões Pais e Filhos	17H00 17H40
18H00 18H40	Cavalos Marinhos Tartarugas Golfinhos NJ AMA / 1 / 2	Tartarugas Golfinhos Tubarões NJ AMA / 1 / 2	Cavalos Marinhos Tartarugas Golfinhos NJ AMA / 1 / 2 Pré-Competição	Tartarugas Golfinhos Tubarões NJ AMA / 1 / 2	Cavalos Marinhos Tartarugas Focas Golfinhos NJ 1/2		
18H40 19H20	Pinguins Tartarugas Focas Golfinhos Tubarões NJ 1	Tartarugas Focas NJ 1 / 2 / 3	Pinguins Tartarugas Focas Golfinhos Tubarões NJ 1	Tartarugas Focas NJ 1 / 2 / 3	Pinguins Tartarugas Focas Golfinhos Tubarões NJ 1		
19H20 20H00	Focas Tubarões	Tartarugas Focas Golfinhos Tubarões NJ 2 / 3	Focas Tubarões	Tartarugas Focas Golfinhos Tubarões NJ 2 / 3	Focas Tubarões		

NATAÇÃO BEBÉS (Estrelas do Mar / Cavalos Marinhos / Pinguins) - 30 minutos

**Bairro
de
Benfica**
LISBOA.ORIGINAL.

**JUNTA
de
Freguesia**