



PISCINA MUNICIPAL
Sobral de Monte Agraço

HORÁRIO ATIVIDADES

ÉPOCA 2022/2023

PISCINA 25 METROS

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
AMA 2 (6/9 anos)	2. ^a feira	17h30
	3. ^a feira	19h00
	4. ^a feira	18h15 19h00
	5. ^a feira	19h00
	6. ^a feira	18h15 19h00
	Sábado	11h15 16h30
AMA 3 (10/13 anos)	2. ^a feira	18h15
	3. ^a feira	17h30
	4. ^a feira	19h00
	5. ^a feira	17h30 19h00
	6. ^a feira	19h00
	Sábado	12h45
N0 (7/13 anos)	2. ^a feira	19h00
	3. ^a feira	18h15
	4. ^a feira	17h30
	5. ^a feira	18h15
	6. ^a feira	17h30
	Sábado	09h15 15h45
N1 (7/13 anos)	2. ^a feira	17h30 19h00
	3. ^a feira	18h15
	4. ^a feira	17h30
	5. ^a feira	18h15
	6. ^a feira	17h30
	Sábado	12h00
N2/3 (7/13 anos)	4. ^a feira	18h15
	6. ^a feira	18h15
N0 (+ 14 anos)	4. ^a feira	19h45
	6. ^a feira	19h45
	Sábado	08h30
N1 (+ 14 anos)	4. ^a feira	13h00 19h45
	6. ^a feira	13h00 19h45
	Sábado	08h30
N2/3 (+ 14 anos)	3. ^a feira	19h45
	4. ^a feira	13h00
	5. ^a feira	19h45
	6. ^a feira	13h00
	Sábado	12h45

PISCINA 25 METROS | HIDROGINÁSTICA

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
Hidro Sênior	3. ^a feira	10h00
	5. ^a feira	10h00
	6. ^a feira	10h00
Hidroginástica	2. ^a feira	18h15
	3. ^a feira	17h30 19h00
	5. ^a feira	13h00 17h30 19h00
	6. ^a feira	18h15
	Sábado	10h00
Hidromobilidade Postural	4. ^a feira	12h15
	6. ^a feira	12h15

PISCINA 25 METROS | NATAÇÃO LIVRE

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
Natação Livre	2. ^a feira	17h30 19h00
	3. ^a feira	09h00 10h00 10h45 11h30 17h30 19h00 19h45
	4. ^a feira	10h45 11h30 12h15 13h00 19h45
	5. ^a feira	09h00 10h00 10h45 11h30 13h00 17h30 19h45
	6. ^a feira	10h00 10h45 11h30 12h15 13h00 17h30 19h45
	Sábado	08h30 09h15 10h00 11h15 12h00 12h45 15h45 16h30

TANQUE DE APRENDIZAGEM

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
Bébés 6 18 m	Sábado	09h15
Bébés 19 35 m	Sábado	09h45 15h45
Bébés 36 48 m	2. ^a feira	17h45
	4. ^a feira	17h45
	Sábado	10h15
AMA 1 - 4 6 anos	2. ^a feira	18h15 19h00
	3. ^a feira	17h30 18h15
	4. ^a feira	18h15 19h00
	5. ^a feira	17h30 18h15 19h45
	6. ^a feira	17h30 19h00
	Sábado	08h30 11h15 12h00 16h30

TANQUE DE APRENDIZAGEM | NATAÇÃO LIVRE

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
Natação Livre	3. ^a feira	09h00 19h00 19h45
	4. ^a feira	12h15 13h00
	5. ^a feira	09h00 12h15 19h00
	6. ^a feira	10h45 12h15 13h00 18h15 19h45
	Sábado	12h45

KARATÉ

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
Karaté < 10 anos	4. ^a feira 6. ^a feira	18h30
Karaté > 10 anos	4. ^a feira 6. ^a feira	19h15

CAPOEIRA

CLASSE	FREQUÊNCIA SEMANAL	HORÁRIO
Capoeira	3. ^a feira 5. ^a feira	18h15

