

# HORÁRIO 2024-2025

		2.ª, 4.ª E 6.ª FEIRA	3.ª E 5.ª FEIRA	SÁBADOS
BEBÉS	6/12 MESES			09H30
	13/24 MESES			10H00 11H00 11H30
	25/36 MESES			09H00 10H30 12H00 12H30
ADAPTAÇÃO 3-5 ANOS		16H30 17H15 18H00 18H45	16H30 17H15 18H00 18H45	09H00 09H45 10H30 11H15 12H00
ADAPTAÇÃO 5-14 ANOS		17H15 18H00 18H45	17H15 18H00 18H45	09H45 10H30 11H15 12H00
APRENDIZAGEM APERFEIÇOAMENTO (CRIANÇAS)		17H15 18H00 18H45	17h15 18H00 18H45	09H45 10H30 11H15
APRENDIZAGEM APERFEIÇOAMENTO (ADULTOS)		09H00 19H30	19H30	
ADAPTAÇÃO ADULTOS		12H15 19H30		
APERFEIÇOAMENTO ADULTOS		20H15		
HIDROGINÁSTICA		11H30 21H15	11H30 19H30	
HIDRODEEP		08H15 12H15 20H30	12H15	
AQUAPILATES			20H15	
HIDROTERAPIA		09H00 09H45 13H15 14H00 14H45 16H15	09H00 13H15 14H00 14H45 16H15	