

HORÁRIO	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	HORÁRIO
13h30	Aula especial	Aula Especial	Aula Especial	Aula Especial	Aula Especial		13h30
	LIVRE TRÂNSITO	Nat Livre	LIVRE TRÂNSITO	Nat Livre	LIVRE TRÂNSITO		
	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica			
17h30	6-7 AMA 6-7 NÍVEL 1	6-7 NÍVEL 1	6-7 AMA 6-7 NÍVEL 1	6-7 NÍVEL 1	6-7 AMA 6-7 NÍVEL 1	LIVRE TÂNSITO	9h
	8-11 NÍVEL 2	8-11 NÍVEL 1	8-11 NÍVEL 2	8-11 NÍVEL 1	8-11 NÍVEL 2	Desenvolvimento +18	
	8-11 NÍVEL 1	12-14 NÍVEL 1/2	8-11 NÍVEL 1	12-14 NÍVEL 1/2	8-11 NÍVEL 1	Performance +18	
	Pré Competição	15-17 NÍVEL 2+3	Pré Competição	15-17 NÍVEL 2+3	Pré Competição	8-11 NÍVEL 1 + 2	
		Pré Competição	Pré Competição	Pré Competição	Pré Competição	6-7 AMA 6-7 NÍVEL 1	
18h30	6-7 NÍVEL 1	6-7 AMA	6-7 NÍVEL 1	6-7 AMA	6-7 NÍVEL 1	PINGUINS 4-5	10h
	8-11 NÍVEL 2	6-7 NÍVEL 1	8-11 NÍVEL 2	6-7 NÍVEL 1	8-11 NÍVEL 2	6-7 AMA	
	12-14 NÍVEL 2+3	8-11 NÍVEL 1	12-14 NÍVEL 2+3	8-11 NÍVEL 1	12-14 NÍVEL 2+3		
	Pré Competição	12-14 NÍVEL 2+3	Pré Competição	12-14 NÍVEL 2+3	Pré Competição		
		Pré Competição	Pré Competição	Pré Competição	Pré Competição		
19h30	Desenvolvimento +18	Aprendizagem + 18	Desenvolvimento +18	Aprendizagem + 18	Desenvolvimento +18	Hidroginástica	11h
	Performance +18	Desenvolvimento +18	Performance +18	Desenvolvimento +18	Performance +18	12-14 NÍVEL 1+2+3	
	Livre Trânsito	Performance +18	Livre Trânsito	Performance +18	Livre Trânsito	8-11 NÍVEL 1/2	
	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica		

Professores	Nuno Carneiro	João Compõete	Patrícia Nunes	Marta Oliveira
	Joaquim Morgado	Inês Fernandes	Maria Cóchinha	Paulo Neves