

| HIDROTERAPIA                  |               |
|-------------------------------|---------------|
| Ministrada por Fisioterapeuta |               |
| SEGUNDA                       |               |
| T1                            | 15:45-16:30   |
| T2                            | 20:30-21:15   |
| T3                            | 21:15-22:00   |
| TERÇA                         |               |
| T4                            | 12:00-12:45   |
| T5                            | 15:45-16:30   |
| T6                            | 17:30-18:15   |
| T7                            | 19:45-20:30   |
| QUARTA                        |               |
| T8                            | 12:00-12:45   |
| T9                            | 15:45-16:30   |
| QUINTA                        |               |
| T10                           | 15:45 – 16:30 |
| T11                           | 20:30-21:15   |
| T12                           | 21:15-22:00   |
| SEXTA                         |               |
| T13                           | 12:00-12:45   |
| T14                           | 15:45-16:30   |
| T15                           | 17:30-18:15   |
| T16                           | 19:45-20:30   |
| CASOS ESPECIAIS               |               |
| SEGUNDA                       |               |
| CE1                           | 16:30-17:15   |
| TERÇA                         |               |
| CE2                           | 12:45-13:30   |
| CE3                           | 16:30-17:15   |
| QUARTA                        |               |
| CE4                           | 12:45-13:30   |
| CE5                           | 16:30-17:15   |
| QUINTA                        |               |
| CE9                           | 14:15-15:00   |
| CE6                           | 16:30-17:15   |
| SEXTA                         |               |
| CE7                           | 12:45-13:30   |
| CE8                           | 16:30-17:15   |

| NATAÇÃO ADAPTADA |             |
|------------------|-------------|
| QUARTA           |             |
| NA3              | 16:30-17:15 |
| SEXTA            |             |
| NA4              | 14:30-15:15 |
| NA5              | 16:30-17:15 |

| ADULTOS APERFEIÇOAMENTO (piscina) |             |
|-----------------------------------|-------------|
| TERÇA                             |             |
| A01                               | 11:15-12:00 |
| A02                               | 19:00-19:45 |
| QUARTA                            |             |
| A03                               | 19:00-19:45 |
| SEXTA                             |             |
| A04                               | 11:15-12:00 |
| A05                               | 19:00-19:45 |

| ADULTOS APRENDIZAGEM (tanque) |             |
|-------------------------------|-------------|
| SEGUNDA                       |             |
| Z01                           | 12:00-12:45 |
| Z02                           | 19:45-20:30 |
| QUARTA                        |             |
| Z03                           | 19:45-20:30 |
| QUINTA                        |             |
| Z04                           | 12:00-12:45 |
| Z05                           | 19:45-20:30 |

| HIDROGINÁSTICA |             |
|----------------|-------------|
| SEGUNDA        |             |
| G1             | 20:00-20:45 |
| TERÇA          |             |
| G4             | 20:00-20:45 |
| QUARTA         |             |
| G3             | 19:45-20:30 |
| QUINTA         |             |
| G2             | 20:00-20:45 |

| HIDROSÉNIORES |             |
|---------------|-------------|
| SEGUNDA       |             |
| HSN1          | 08:45-09:30 |
| HSN10         | 09:30-10:15 |
| HSN2          | 11:15-12:00 |
| TERÇA         |             |
| HSN3          | 08:45-09:30 |
| QUARTA        |             |
| HSN4          | 08:45-09:30 |
| HSN5          | 11:15-12:00 |
| QUINTA        |             |
| HSN6          | 08:45-09:30 |
| HSN7          | 11:15-12:00 |
| SEXTA         |             |
| HSN8          | 08:45-09:30 |
| HSN9          | 10:15-11:00 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Branças) |             |
|-----------------------------|-------------|
| <b>SEGUNDA</b>              |             |
| B01                         | 17:30-18:15 |
| B02                         | 18:15-19:00 |
| <b>TERÇA</b>                |             |
| B04                         | 17:30-18:15 |
| B05                         | 18:15-19:00 |
| <b>QUARTA</b>               |             |
| B06                         | 17:30-18:15 |
| B07                         | 19:00-19:45 |
| <b>QUINTA</b>               |             |
| B08                         | 17:30-18:15 |
| B09                         | 18:15-19:00 |
| <b>SEXTA</b>                |             |
| B11                         | 17:30-18:15 |
| B12                         | 18:15-19:00 |
| <b>SÁBADO</b>               |             |
| B13                         | 09:15-10:00 |
| B14                         | 10:00-10:45 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Amarelas) |             |
|------------------------------|-------------|
| <b>SEGUNDA</b>               |             |
| AM1                          | 17:30-18:15 |
| AM9                          | 19:00-19:45 |
| <b>TERÇA</b>                 |             |
| AM2                          | 18:15-19:00 |
| AM3                          | 19:00-19:45 |
| <b>QUARTA</b>                |             |
| AM4                          | 18:15-19:00 |
| <b>QUINTA</b>                |             |
| AM5                          | 17:30-18:15 |
| AM10                         | 19:00-19:45 |
| <b>SEXTA</b>                 |             |
| AM6                          | 18:15-19:00 |
| AM7                          | 19:00-19:45 |
| <b>SÁBADO</b>                |             |
| AM8                          | 10:00-10:45 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Azuis) |             |
|---------------------------|-------------|
| <b>SEGUNDA</b>            |             |
| AZ1                       | 18:15-19:00 |
| AZ3                       | 19:00-19:45 |
| <b>TERÇA</b>              |             |
| AZ2                       | 19:00-19:45 |
| <b>QUARTA</b>             |             |
| AZ4                       | 18:15-19:00 |
| AZ5                       | 19:00-19:45 |
| <b>QUINTA</b>             |             |
| AZ6                       | 18:15-19:00 |
| AZ8                       | 19:00-19:45 |
| <b>SEXTA</b>              |             |
| AZ7                       | 19:00-19:45 |
| <b>SÁBADO</b>             |             |
| AZ9                       | 09:15-10:00 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Verdes) |             |
|----------------------------|-------------|
| <b>SEGUNDA</b>             |             |
| VR1                        | 18:15-19:00 |
| <b>TERÇA</b>               |             |
| VR2                        | 17:30-18:15 |
| <b>QUARTA</b>              |             |
| VR3                        | 18:15-19:00 |
| VR8                        | 19:00-19:45 |
| <b>QUINTA</b>              |             |
| VR4                        | 18:15-19:00 |
| <b>SEXTA</b>               |             |
| VR5                        | 17:30-18:15 |
| <b>SÁBADO</b>              |             |
| VR6                        | 10:00-10:45 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Vermelhas) |             |
|-------------------------------|-------------|
| <b>SEGUNDA</b>                |             |
| VM1                           | 19:00-19:45 |
| <b>TERÇA</b>                  |             |
| VM2                           | 18:15-19:00 |
| <b>QUINTA</b>                 |             |
| VM4                           | 19:00-19:45 |
| <b>SÁBADO</b>                 |             |
| VM5                           | 09:15-10:00 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Pretas) |             |
|----------------------------|-------------|
| <b>QUARTA</b>              |             |
| PT1                        | 18:15-19:00 |
| <b>SEXTA</b>               |             |
| PT2                        | 18:15-19:00 |

| BEBÉS I (6 A 18 meses)           |             |
|----------------------------------|-------------|
| <b>TERÇA</b>                     |             |
| BB8                              | 16:45-17:15 |
| <b>SÁBADOS</b>                   |             |
| BB1                              | 10:45-11:15 |
| <b>BEBÉS II (19 A 28 meses)</b>  |             |
| <b>SÁBADOS</b>                   |             |
| BB9                              | 11:15-11:45 |
| BB3                              | 11:45-12:15 |
| <b>BEBÉS III (29 A 48 meses)</b> |             |
| <b>SÁBADOS</b>                   |             |
| BB2                              | 10:45-11:15 |
| BB10                             | 11:15-11:45 |
| BB4                              | 11:45-12:15 |
| <b>QUARTA</b>                    |             |
| BB7                              | 17:30-18:00 |

| ESCOLA DE NATAÇÃO (Competição)                        |                         |
|---|-------------------------|
| <b>SEGUNDA, TERÇA, QUARTA, QUINTA, SEXTA</b>          |                         |
| E72 CADETES   | 17h15-18h15             |
| <b>SEGUNDA, TERÇA, QUARTA, QUINTA, SEXTA E SABADO</b> |                         |
| E72 INFANTIS JUVENIS JUNIORES                         | 18:00-20:00             |
|   | QUARTAS – 06:30 – 07:45 |
|   | QUARTAS – 14:00 – 16:00 |
|   | SAB- 09:30– 11:30       |
| <b>Masters</b>  |                         |
| SEGUNDAS  | 20:00-21:15             |
| QUARTAS   | 19:45-21:00             |
| SEXTAS  | 20:00-21:15             |