

Horário de Utilização das Classes de Natação –  poca 2006/07

DIAS HORAS	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	S�bado
18:15 - 19: 00h	Adapta�o Crianças Prof. BETO Classe (1)	Aprend.(6 – 10 Anos) Prof. PAULO Classe (3)	Adapta�o Crianças Prof. BETO Classe (1)	Aprendi.(6 – 10 anos) Prof. PAULO Classe (3)	Aprendizagem 1 (11-13 anos) Prof. CARLA Classe (4)	9:00-9:45h Lazer Prof. BRIGAS
	Adapta�o Crianças Prof. ANA Classe (2)	Aprendizagem Crianças Prof. PAULO Classe (5)	Aprendizagem 1 (11-13 anos) Prof. CARLA Classe (4)	Adapta�o Crianças Prof. ANA Classe (2)	Aprendizagem Crianças Prof. PAULO Classe (5)	
18:15 – 19: 00h Chapinheiro (3 - 4 anos)		Adapta�o crian�as (3 - 4 anos) Prof. BETO Classe (12)		Adapta�o crian�as (3 - 4 anos) Prof. BETO Classe (12)		9:45-10:30h Nata�o Beb�s (4 meses – 2 anos) Prof. BRIGAS
19:00 – 19:45h	Adapta�o Adultos Prof. BETO Classe (6)	Aprendizagem Adultos Prof. PAULO Classe (9)	Adapta�o Adultos Prof. BETO Classe (6)	Adapta�o Adultos Prof. ANA Classe (7)	Aprendizagem Adultos Prof. PAULO Classe (9)	10:30-11:15h Lazer Prof. BRIGAS
	Adapta�o Adultos Prof. ANA Classe (7)	Aprendizagem 1 Adultos Prof. BETO Classe (8)	Aperfei�amento (12 -16 anos) Prof. CARLA Classe (10)	Aprendizagem 1 Adultos Prof. BETO Classe (8)	Aperfei�amento. (12 - 16 anos) Prof. CARLA Classe (10)	
19:45 – 20:30h	Hidrogen�stica Prof. ANA Classe (13)	Aperfei�amento Adultos Prof. PAULO Classe (11)	Hidrogen�stica Prof. ANA Classe (13)	Munic�pio de Vila pouca de Aguiar Prof. ANA	Aperfei�amento Adultos Prof. PAULO Classe (11)	11:15-12:00h Lazer Prof. BRIGAS
20:30 – 21:15h	Lazer Prof. BRIGAS	Lazer Prof. PAULO	Hidrogen�stica Prof. CARLA	Lazer Prof. ANA	Hidrogen�stica Prof. CARLA	
21:15 - 22:00h	Lazer Prof. BRIGAS	Lazer Prof. PAULO	Lazer Prof. CARLA	Lazer Prof. ANA	Lazer Prof. CARLA	



Musculação

Segunda a Sexta – Feira das 17:15 às 21:00 h

Aeróbica

Nível Médio – Segundas e Quartas – Feiras das 19:00 às 19:45 h

Nível Avançado – Terças e Quintas, das 19:00 às 19:45 h

NOTA : As classes de Aeróbica são limitadas a 16 praticantes.



PAVILHÃO – Grupos Informais

Segunda a Sexta – Feira das 18:00 às 23:30 h