

PISCINA DE AVANCA Horário (2013-2014)

Hora	Local	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
10h00 - 10h45	Aula						NC 3 (6 - 14a) 1x
	Aula						NC 4+5 1x
	Regime livre						
10h50 - 11h35	Aula						NC 1C - 1x
	Aula						NBB 1 (06-18m.)
	Regime livre						
11h40 - 12h25	Aula						NC 2C (5-14a) 1x
	Aula						NBB 2 (19-36m.)
	Regime livre						

15h15 - 16h00	Aula						
	Aula						
	Regime Livre	5 Pistas	5 Pistas		5 Pistas	2 Pistas	
16h05 - 16h50	Aula	Hidro 1	HS 1		Hidro 1	HS 2	
	Aula						
	Regime livre						
16h55 - 17h40	Aula	NC 1A (3,5 - 6a)	NC 2A (5 - 14a)		NC 1A (3,5 - 6a)	NC 2A (5 - 14a)	
	Aula						
	Regime livre				2 Pistas	2 Pistas	
17h45 - 18:30	Aula	NC 2B (5 - 14a)	NC 3B (6 - 14a)		NC 2B (5 - 14a)	NC 3B (6 - 14a)	
	Aula	NC 3A (6 - 14a)	NC 1B (5 - 12a)		NC 3A (6 - 14a)	NC 1B (5 - 12a)	
	Regime livre						
18h35 - 19:20	Aula	NC 5A	NC 4A		NC 5A	NC 4A	
	Aula	NC Esperanças	NC Esperanças		NC Esperanças		
	Regime livre						
19h25 - 20:10	Aula	NA 3A	NC 5B		NA 3A	NC 5B	
	Aula	NA 1A	NC 4B		NA 1A	NC 4B	
	Regime livre						
20:15 - 21:00	Aula	NA 2A			NA 2A		
	Aula	Hidro 2	Hidro 3		Hidro 2	Hidro 3	
	Regime livre					2 pistas	

HS	Hidro Senior
NC	Natação Crianças (Níveis: 1 / 2 / 3 / 4 / 5)
NA	Natação Adultos (Níveis: 1/ 2 / 3)
Hidro	Hidroginásticas
NBB	Natação Bebés (Níveis 1 / 2)



|