

CDL - Horário de Aulas no Tanque de Aprendizagem (2016-2017)

Hora	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h00 - 09h45						NC 1F (5 - 9a) 1/2x NC 1 (A) + 2 (6-9a) SAB 1/2x
09h50 - 10h35		Hidroterapia 1 (1/2x)		Hidroterapia 4		Hidroterapia 5 (1/2x) NC 1H (3,5-5a) 1x
10h40 - 11h25		Hidroterapia 2		Hidroterapia 3		NC 1 I (3,5 - 5a) 1x NBB 1 (6-18M) (10h35 - 11h05)
11h30 - 12h15						NBB 2A (19- 36M) (11h05- 11h35) NBB 2B (19-36M) (11h35 - 12h05)
15h00 - 15h45						NC 1K /TR (3,5-5a) 1x NC 1D (A) 1x
16h00 -16h45						NBB 2C (19-36M) - (15:45 - 16:15) NBB 2D (19-36M) - (16:20 - 16:50) NC 2F
16h55 - 17h40	NC 1G (3,5-6a)	NC 1A (3,5-6a)	NC 1G (3,5-6a)	NC 1A (3,5-6a)		
17h45 - 18h30	NC 2E (5-9a) NC 1B (3,5-6a) NC 1A(A)	NC 1C (5-9a) NC 2C (5-9a) NC 1B(A)	NC 1F (5 - 9a) 1/2x NC 1 (A) + 2 (6-9a) 4ª 1/2x	NC 2E (5-9a) NC 1B (3,5-6a) NC 1A(A)	NC 1C (5-9a) NC 2C (5-9a) NC 1B(A)	
18h35 - 19h20	NC 2B (5-9a) NC 1D (5-9a) NC 1C(A)	NC 2D (5-9a) NC 1E (8-13a)	NC 1J / TR (3,5 - 5a) 1x Crosstraining Aquático	NC 2B (5-9a) NC 1D (5-9a) NC 1C(A)	NC 2D (5-9a) NC 1E (8-13a)	
19h25 - 20h10	HG1	Hidro Bike 1	Hidro Bike 1 - Alberto Ramos	HG1	Hidro Bike 1	
20h15 - 21h00	Crosstraining Aquático	NA Iniciação		Crosstraining Aquático	NA Iniciação	

NC	Natação Crianças (Níveis: 1 / 2 / 3 / 4 / 5)
NA	Natação Adultos (Níveis: 1 / 2 / 3)
NBB	Natação Bebés (Níveis: 1 / 2)
Hidroterapia	Hidroterapia
HG	Hidroginástica
Hidro Bike	Hidrobike
Cross. Aquático	Crosstraining Aquático

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:

Segunda-feira das 12h15 às 21h00
Terça a sexta-feira das 8h50 às 21h00
Sábados das 8h50 às 12h30 e 15h00 às 17h35