

GINÁSTICA SÉNIOR - Horário de Aulas (2025-2026) v2.0 - Atualizado em 02/10/2025

Hora	2ª FEIRA	Professor	3ª FEIRA	Professor	4ª FEIRA	Professor	5ª FEIRA	Professor	6ª FEIRA	Professor
09:00 - 9:45	SALREU 1		AVANCA 1		SALREU 2		ÁGUA LEVADA 1 (8:45)		PARDILHÓ 2 (8:45)	
			PARDILHÓ 1 (8:45)		FERMELÃ 1		AVANCA 2		BEDUIDO 2	
			BEDUIDO 1		ÁGUA LEVADA 1 (8:45)				FERMELÃ 2	
10:00 - 10:45	CANELAS 1		ZUMBA GOLD 10:30- Pav. Municipal		CANELAS 2					
15:00 - 15:45							Walking Football - Pav. Municipal			
16:00 - 16:45										