

Mapa de Aulas Solínca Matosinhos Plano de água

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
09:15							45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA
09:30						45' PISCINA BEBÉS 45' PISCINA C1 45' PISCINA C0	
10:00		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA					
10:15						45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C3 45' PISCINA C2	
11:15	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA					45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA	
15:15		45' PISCINA NATACAO N1 45' PISCINA COLÉGIO		45' PISCINA NATACAO N1 45' PISCINA COLÉGIO			
15:30		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA					
16:00	45' PISCINA NATACAO N1						
17:00					45' PISCINA NATACAO N1	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA	
17:45	45' PISCINA C2 45' PISCINA C0 45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2	45' PISCINA C1 45' PISCINA C0 45' PISCINA C2 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2		45' PISCINA C1	
18:30	45' PISCINA C2 45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C3 45' PISCINA C2	45' PISCINA C1 45' PISCINA C2 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C2 45' PISCINA C3	45' PISCINA C2 45' PISCINA C1+		
19:15	45' PISCINA C2 45' PISCINA C3		45' PISCINA C3 45' PISCINA C2				
19:30		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		
20:30	45' PISCINA ADULTOS			45' PISCINA ADULTOS			

LEGENDA:

N1 Nível 1	N2 Nível 2	N3 Nível 3	SB Smart Balance	SA Smart Age
N4 Nível 4	N5 Nível 5	SF Smart Fit	SW Smart Weight	

INFORMAÇÕES:

A Solínca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários.
Mais informações na receção do Clube.