

Mapa de Aulas Solinca Matosinhos Plano de água

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
08:00	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA				
09:15							45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA
09:30						45' PISCINA C1 45' PISCINA C0 45' PISCINA BEBÉS	
10:00		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA			
10:15						45' PISCINA C2 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C3 45' PISCINA C1	
10:30					45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		
11:15	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA			45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA	
14:30	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA				
15:30		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA	45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA		
17:00			45' PISCINA COLÉGIO			45' PISCINA N1 SA HIDROGINASTICA	
17:45	45' PISCINA C2 45' PISCINA C0 45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2 45' PISCINA C1	45' PISCINA C1 45' PISCINA C0 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2 45' PISCINA COLÉGIO	45' PISCINA C1 45' PISCINA C2 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C1		
18:30	45' PISCINA C2 45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C2 45' PISCINA C3	45' PISCINA C1 45' PISCINA COLÉGIO 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 COLÉGIO 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 Solinca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários.
Mais informações na receção do Clube.