Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
08:45		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
09:00							
09:30							
09:45	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			
10:00						45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	
10:15		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
10:30							
11:00	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**
11:15							
11:30							
12:00							45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**
13:00	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			
14:30							
15:30	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
17:15							
17:30							
18:00							
18:45							
19:00			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				
19:15	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**						
19:30					45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
20:15			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				

LEGENDA:

SB Smart Balance
SA Smart Age
SF Smart Fit
SW Smart Weight

INFORMAÇÕES:

As modalidades de natação têm um valor acrescido à mensalidade.
A Solinca reserva-se ao direito de livremente modificar as atividades e horários.
Mais informações na receção do Clube.