Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
08:30				45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			
09:00	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
09:05							
09:50							
10:00		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**					
10:05							
10:50							
11:05				45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	
12:00							45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**
12:05							
12:15	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**						
13:05			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				
15:30							
16:00							
17:35							
18:20							
19:05	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			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.