Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:15							
08:00							
09:15							
09:30	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
10:00							
10:15							
10:30							45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**
10:45							
11:00	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
11:15		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			
11:30							
12:30						45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	
15:30							
16:15							
16:45							
17:00							
17:30							
17:45							
18:15							
18:30			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				
19:15							

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.