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