

# Mapa de Aulas Solinca Ermesinde PLANO DE ÁGUA

| Hora  | Segunda                          | Terça                            | Quarta                           | Quinta                           | Sexta                            | Sábado                           | Domingo                          |
|-------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 08:00 | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 09:15 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 09:45 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 10:00 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 10:15 | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |
| 10:45 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |
| 11:15 |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |                                  |
| 11:35 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |
| 11:45 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 14:45 | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |
| 15:45 | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |                                  |
| 17:30 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 18:45 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 19:30 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 20:15 | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |                                  |                                  |
| 20:20 |                                  |                                  |                                  | 45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA |                                  |                                  |                                  |

### 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.