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