solinca

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
06:30				45' PISCINA ADULTOS			
07:00					45' PISCINA ADULTOS		
07:30		45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			
08:00	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		
08:15		45' PISCINA ADULTOS					
09:00	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			
09:10						45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C0 45' PISCINA C1	45' PISCINA C1/C1+
09:15		45' PISCINA COLÉGIO		45' PISCINA COLÉGIO			45' PISCINA BEBÉS
09:45	45' PISCINA COLÉGIO						
09:55						45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C0 45' PISCINA C1	45' PISCINA C1 45' PISCINA C0
10:30	45' PISCINA COLÉGIO		45' PISCINA COLÉGIO	45' PISCINA COLÉGIO	45' PISCINA COLÉGIO		
10:40						45' PISCINA C0 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2/C3	45' PISCINA C1 45' PISCINA BEBÉS
11:20	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		
11:45						45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA
14:00						45' PISCINA C1/C1+	
14:15	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		
14:45						45' PISCINA BEBÉS	
15:10	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		
15:30						45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	
16:00	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			45' PISCINA COLÉGIO	
16:30						45' PISCINA C1 45' PISCINA C0	
16:45	45' PISCINA C1/C1+ 45' PISCINA C0	45' PISCINA C0 45' PISCINA C1	45' PISCINA C0 45' PISCINA C1	40' PISCINA C1 45' PISCINA C0	45' PISCINA C0 45' PISCINA C1		
17:15						45' PISCINA BEBÉS 45' PISCINA C1+	
17:30	45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C0 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C1	45' PISCINA C1 45' PISCINA BEBÉS 45' PISCINA C0	45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C0 45' PISCINA C1	45' PISCINA BEBÉS 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C1		
18:00						45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2	
18:15	45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C1 45' PISCINA C0	45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C2 45' PISCINA C0/C1	45' PISCINA C0 45' PISCINA C1 45' PISCINA C1+	45' PISCINA C0 45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C1 45' PISCINA C2	45' PISCINA C1+ 45' PISCINA C1 45' PISCINA C0		

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.

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
18:45						45' PISCINA **C0/C1**	
19:00	45' PISCINA **C3** 45' PISCINA **C1+** 45' PISCINA **C2**	45' PISCINA **PC** 45' PISCINA **C3**	45' PISCINA **C2** 45' PISCINA **C3** 45' PISCINA **C1+**	45' PISCINA **C2** 45' PISCINA **C1+**	45' PISCINA **PC** 45' PISCINA **C3**		
20:00		45' PISCINA **ADULTOS**		45' PISCINA **ADULTOS**	45' PISCINA **ADULTOS**		
20:30	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				
20:45		45' PISCINA **ADULTOS**		45' PISCINA **ADULTOS**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
21:30	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.