Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
08:00			45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				
08:15	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
09:00		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**					
09:15							
10:00							
10:15	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
10:45							
11:15		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			
11:35						45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	
13:45	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**				
14:00							
14:45	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
15:00							
15:45	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		
16:00							
17:00							
17:45							
18:00						45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	
18:30							
19:15							
20:15	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**		45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**	45' PISCINA N1 SA **HIDROGINASTICA**			
20:30		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.