

| Hora | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta | Sábado | Domingo |
|------|---------|-------|--------|--------|-------|--------|---------|
|------|---------|-------|--------|--------|-------|--------|---------|

|       |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|--|--|--|--|--|--|--|
| 08:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 08:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 08:45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 09:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 09:15 |  |  |  |  |  |  |  |
| 09:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:15 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:20 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 11:10 |  |  |  |  |  |  |  |
| 11:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 12:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 12:50 |  |  |  |  |  |  |  |
| 14:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 15:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 15:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 15:45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:15 |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:15 |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:30 |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 18:20 |  |  |  |  |  |  |  |
| 19:10 |  |  |  |  |  |  |  |
| 19:15 |  |  |  |  |  |  |  |
| 19:45 |  |  |  |  |  |  |  |
| 20:00 |  |  |  |  |  |  |  |
| 20:15 |  |  |  |  |  |  |  |

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 recepção do Clube.