

Mapa de Aulas Solinca Alfragide PLANO DE ÁGUA

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
07:10		45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			
08:45		45'PISCINA ADULTOS	45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA				
09:10						45'PISCINA C1 30'PISCINA BEBÉS 45'PISCINA C0	
09:15	45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			45'PISCINA ADULTOS			
09:20							45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA
09:30		45'PISCINA COLÉGIO					
09:45						30'PISCINA BEBÉS	
10:00	45'PISCINA COLÉGIO		45'PISCINA COLÉGIO				
10:15						45'PISCINA C0 45'PISCINA C1	
10:20						30'PISCINA BEBÉS	
10:35		45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			
11:00			45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA				
11:05						45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA 45'PISCINA C1+	
11:15					45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		
12:00						45'PISCINA C1+ 45'PISCINA C0 45'PISCINA C2 45'PISCINA C3	
12:30		30'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45'PISCINA ADULTOS	45'PISCINA ADULTOS			
12:50						45'PISCINA C1+ 45'PISCINA C2	
14:45	45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA	45'PISCINA COLÉGIO		45'PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA		45'PISCINA COLÉGIO	
15:00						45'PISCINA C2 45'PISCINA C3	
15:30		45'PISCINA COLÉGIO	45'PISCINA COLÉGIO		45'PISCINA COLÉGIO		
15:45				45'PISCINA COLÉGIO			
15:50						45'PISCINA BEBÉS	
16:15					45'PISCINA COLÉGIO		
16:40						45'PISCINA C0	
17:10	45'PISCINA COLÉGIO	45'PISCINA COLÉGIO	45'PISCINA C0	45'PISCINA COLÉGIO	45'PISCINA C0		
17:30						45'PISCINA ADULTOS	
18:00	45'PISCINA C1+ 45'PISCINA C1 45'PISCINA C2	45'PISCINA C1 45'PISCINA BEBÉS 45'PISCINA C0	45'PISCINA C3 45'PISCINA C1 45'PISCINA C1+ 45'PISCINA C2	45'PISCINA C0 45'PISCINA C1 45'PISCINA BEBÉS	45'PISCINA C1+ 45'PISCINA C2 45'PISCINA C1		

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.

Mapa de Aulas Solinca Alfragide PLANO DE ÁGUA

Hora	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
18:50	45' PISCINA C1	45' PISCINA C1	45' PISCINA C2	45' PISCINA C0	45' PISCINA C1		
	45' PISCINA C2	45' PISCINA C2	45' PISCINA C3	45' PISCINA C2	45' PISCINA C1+		
	45' PISCINA C1+	45' PISCINA C1+	45' PISCINA C0	45' PISCINA C1+	45' PISCINA C2		
			45' PISCINA C1+				
19:00					45' PISCINA ADULTOS		
19:45			45' PISCINA ADULTOS		45' PISCINA ADULTOS		
20:10	45' PISCINA HIDROGINASTICA N1 SA			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.