

GRADE DE HORÁRIOS | ATIVIDADES AQUÁTICAS

HORÁRIOS	SALAS	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
6:15HS	PISCINA	ADULTO 45		ADULTO 45		ADULTO 45	
7:00HS	PISCINA	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	
7:45HS	PISCINA	ADULTO 45		ADULTO 45		ADULTO 45	
8:30HS	PISCINA	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45		
9:15HS	PISCINA		INFANTIL 45		INFANTIL 45		HIDROGINÁSTICA 45
10:00HS	PISCINA	INFANTIL 45		INFANTIL 45		INFANTIL 45	ADULTO 45
10:45HS	PISCINA	HIDROGINÁSTICA 45		HIDROGINÁSTICA 45		HIDROGINÁSTICA 45	INFANTIL 45
11:30HS	PISCINA						BEBÊ I, II E III 45
14:00HS	PISCINA	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	
14:45HS	PISCINA		HIDROGINÁSTICA 45		HIDROGINÁSTICA 45		
16:15HS	PISCINA	INFANTIL 45		INFANTIL 45		INFANTIL 45	
17:00HS	PISCINA	ADULTO 45		ADULTO 45		ADULTO 45	
17:45HS	PISCINA		BEBÊ I, II E III 45		BEBÊ I, II E III 45		
18:30HS	PISCINA	INFANTIL 45	INFANTIL 45	INFANTIL 45	INFANTIL 45	INFANTIL 45	
19:15HS	PISCINA	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	ADULTO 45	HIDROGINÁSTICA 45	
20:00HS	PISCINA	ADULTO 45		ADULTO 45		ADULTO 45	

BEBÊ III
 INFANTIL
 ADULTO
 HIDROGINÁSTICA

INFANTIL	BEBÊ I, II E III	Trabalho de sobrevivência e soltura para crianças de 6 meses à 4 anos
	INFANTIL	Todos os níveis, doa 4 aos 12 anos
ADULTO	ADAPTAÇÃO	*
	INICIAÇÃO	*
	INTERMEDIÁRIO	*
	AVANÇADO	*
	ADULTO	Todos os níveis a partir dos 12 anos
	HIDROGINÁSTICA	Hidroginástica a partir dos 13 anos

SSA
SEMANA DE SEGURANÇA AQUÁTICA
Em toda 2ª semana do mês haverá aulas especiais para os alunos infantis, com o objetivo de adequá-los a situações de segurança e conscientização ao meio líquido. Serão abordados temas como acidentes, entre outros.

Unidade 1: Rua Dom Andrés Lamas, 212 | Unidade 2: Rua Tuiuti, 941 | Unidade 3: Rua Martins Pena, 206 a 220

Unidade 4: Rua Coelho Lisboa, 633/675 | Unidade 5: Rua Dona Januária, 34