

NOVA ÉPOCA 2018 / 2019

PORTELA

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
7h30	NATAÇÃO		NATAÇÃO		NATAÇÃO		
8h15	NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	NATAÇÃO		NATAÇÃO
9h00	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO		NATAÇÃO
9h15						HIDROGINÁSTICA	NATAÇÃO
10h00	NATAÇÃO		NATAÇÃO		NATAÇÃO		
10h30	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO		HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO		HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO		
10h45							
11h45		HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO		HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO			
12h30	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	NATAÇÃO	HIDRO SÉNIOR NATAÇÃO	NATAÇÃO	
13h00	NATAÇÃO		NATAÇÃO				
15h15						NATAÇÃO	
17h35	HIDROSÉNIOR	HIDROGINÁSTICA	HIDROSÉNIOR	HIDROGINÁSTICA	HIDROSÉNIOR		
18h35	HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA		
19h25							
20h10	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO		
20h15	HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA		

\*Aulas de 30 minutos.

Mapa atualizado a 1 de setembro de 2018.

**NOVA ÉPOCA 2018 / 2019**

**PORTELA**

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
7h30	NATAÇÃO	NATAÇÃO HIDROGINÁSTICA	NATAÇÃO	NATAÇÃO HIDROGINÁSTICA	NATAÇÃO		
8h15	NATAÇÃO		NATAÇÃO		NATAÇÃO		
9h00		NATAÇÃO		NATAÇÃO			
9h15						HIDROGINÁSTICA	
12h30	* NATAÇÃO		* NATAÇÃO		* NATAÇÃO	HIDROGINÁSTICA	
16h30						NATAÇÃO	
16h45	NATAÇÃO		NATAÇÃO		NATAÇÃO		
17h30		HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA			
18h35	HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA		HIDROGINÁSTICA		
19h25	NATAÇÃO	HIDROHIIT	NATAÇÃO	HIDROHIIT	NATAÇÃO		
20h10	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO	NATAÇÃO		
20h15	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA	HIDROGINÁSTICA		

\*Aulas de 30 minutos.

Mapa atualizado a 1 de setembro de 2018.