

ENTRAD A	INÍCIO AULA	FIM AULA	SAÍDA ATE:	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO				
07H00	07H10	07H50	08H05	Hidroginástica	Aprendizagem Adultos	Hidroginástica	Aprendizagem Adultos	Hidroginástica	08H15 08H25 09H05 09H20				Aprendizagem Adultos I
				Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aprendizagem Adultos					Aperfeiçoamento Adultos
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					
08H15	08H25	09H05	09H20	Hidroginástica	Aprendizagem Adultos	Hidroginástica	Aprendizagem Adultos	Hidroginástica	09H30 09H40 10H20 10H35				Aperfeiçoamento Adultos
				Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aprendizagem Adultos					Aperfeiçoamento Adultos
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					
09H30	09H40	10H20	10H35	Atividade Aquática	Hidroginástica	Hidroginástica	Atividade Aquática	Hidroginástica	10H45 10H55 11H35 11H50				Bebés
				Atividade Aquática									
				Atividade Aquática		Atividade Aquática		Atividade Aquática					
10H45	10H55	11H35	11H50	Atividade Aquática	12H00 12H10 12H50 13H05				Aprendizagem Adultos				
				Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica					
				Aprendizagem Adultos		Aprendizagem Adultos		Aprendizagem Adultos					
12H00	12H10	12H50	13H05	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	LIMPEZA GERAL				Aperfeiçoamento I
				Aprendizagem Adultos		Aprendizagem Adultos		Aprendizagem Adultos					
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					
13H50	14H00	14H40	14H55	Atividade Aquática	09H30 09H40 10H20 10H35				Aperfeiçoamento Adultos				
				Atividade Aquática	Hidroginástica	Hidroginástica	Atividade Aquática	Hidroginástica					
				Aperfeiçoamento Adultos									
15H05	15H15	15H55	16H10	Atividade Aquática	Hidroginástica	Hidroginástica	Atividade Aquática	Hidroginástica	10H45 10H55 11H35 11H50				Hidroginástica
				Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos					
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					
16H20	16H30	17H10	17H25	Hidroginástica	Atividade Aquática	Atividade Aquática	Hidroginástica	Atividade Aquática	12H00 12H10 12H50 13H05				Aperfeiçoamento I
				Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos					
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					
17H35	17H45	18H25	18H40	Bebés	Bebés	Bebés	Bebés	Bebés	13H15 13H25 14H05 14H20				Aperfeiçoamento Adultos
				Aprendizagem	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento					
				Aperfeiçoamento Adultos									
18H50	19H00	19H40	19H55	Bebés	Bebés	Bebés	Bebés	Bebés	14H30 14H40 15H20 15H35				Bebés
				Aprendizagem	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento					
				Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica	Hidroginástica					
18H50	19H00	19H40	19H55	Aperfeiçoamento I	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento	Aperfeiçoamento I	15H45 15H55 16H35 16H50				Aperfeiçoamento
				Aperfeiçoamento Adultos I									
				Aperfeiçoamento Adultos II	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos					
20H05	20H15	20H55	21H10	Hidroginástica	Aprendizagem	Hidroginástica	Aprendizagem	Hidroginástica	17H00 17H45 18H00				Aperfeiçoamento I
				Aprendizagem Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos	Aperfeiçoamento Adultos					
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					
20H05	20H15	20H55	21H10	Aperfeiçoamento Adultos I	Regime Livre				Aperfeiçoamento II				
				Aperfeiçoamento Adultos II									
				Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos		Aperfeiçoamento Adultos					

Aprendizagem - dos 7 aos 14 anos de idade (c/adaptação ao meio aquático realizada)
Aperfeiçoamento - < de 14 anos de idade
Aprendizagem Adultos - + de 14 anos de idade (c/adaptação ao meio aquático realizada)