

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
06h15	Natação	Natação	Natação	Natação	Natação/ Sextou	
07h00	Natação	Hidro	Natação	Hidro	Natação/ Livre	
07h30						
07h45	Hidro	Natação	Hidro	Natação	Hidro	Hidro/ Natação / AP2
08h15						
08h30	AP1/ AP2	Natação	AP1/ AP2	Natação	AP1/ AP2	AD/IN/AP1
09h00						
09h15	IN	IN/ AP1	IN	IN/ AP1	IN	AD
09h45						
10h00	IN/ AP1	ADAP	IN/ AP1	ADAP	IN/ AP1	AD
10h30						
10h45	IN/ AP1	AP1/ AP2	IN/ AP1	AP1/ AP2	Natação / Livre	BB
11h30	Hidro	Hidro	Hidro	Hidro	Hidro	BB
11h45						Natação / AP2
12h30						Hidro
13h00	Natação	Natação	Natação	Natação	Natação/ Livre	
13h45	Hidro	Natação	Hidro	Natação	Hidro	
14h30	Natação	Hidro	Natação	Hidro	Natação / Sextou	
15h15	IN/ AP1	AP2	IN/ AP1	AP2	IN/ AP1	
16h00	IN/ AP1	ADAP	IN/ AP1	ADAP	IN/ AP1	
16h45	AP2	IN/ AP1	AP2	IN/ AP1	AP2	
17h30	Hidro	IN/ AP1	Hidro	IN/ AP1	Hidro	
18h15	AP2	IN/ AP1	AP2	IN/ AP1	AP2	
19h00	Natação	Natação	Natação	Natação	Natação/ Livre	
19h45	Natação	Natação	Natação	Natação	Natação/ Sextou	
20h30	Hidro	Hidro	Hidro	Hidro	Hidro	
21h15	Natação	Natação	Natação	Natação	Natação/ Sextou	

BB – Natação para bebês (a partir de 6 meses)

AD – Adaptação Infantil (Touca Verde)

IN – Iniciação Infantil (Touca Vermelha)

AP1 – Aperfeiçoamento Infantil 1 (Touca Azul Clara)

AP2 – Aperfeiçoamento Infantil (Touca Azul Royal e Laranja)

Sextou – Aula recreativa com jogos aquáticos