

CDL - Horário Piscina 25m - Aulas + Regime Livre (2016-2017)

Hora	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h00 - 09h45		HS 3	HG 7	HS 4	HG 7	HG 5
09h50 - 10h35		NA Intermédio A HG 4		NA Intermédio A HG 4	HS 5	NC 3E (6-12a) 1 ou 2x - 16
10h40- 11h25		HG 8		HG 8		NC 5C + 4E 1 ou 2x - 16
16h05 - 16h50	HG 6	HS 6	HS 2	HG 6		
16h55 - 17h40						
17h45 - 18h30	NC 3A + 4B Esperanças	NC 3B	Esperanças NC 3E (6-12a) 1 ou 2x	NC 3A + 4B Esperanças	NC 3B	
18h35 - 19h20	NC 4A NC 3D NC 5A	NC 4C NC 5B NC 3C	NC 5C + 4E 1 ou 2x	NC 4A NC 3D NC 5A	NC 4C NC 5B NC 3C	
19h25 - 20h10	NC 345 NA Avançado		HG 5	NC 345 NA Avançado		
20h15 - 21h00	NA Intermédio B	HG 3		NA Intermédio B	HG 3	

NC	Natação Crianças (Níveis: 1 / 2 / 3 / 4 / 5)
NA	Natação Adultos (Níveis: 1 / 2 / 3)
HG	Hidroginástica
HS	Hidro Sénior

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:

Segunda-feira das 12h15 às 21h00
 Terça a sexta-feira das 8h50 às 21h00
 Sábados das 8h50 às 12h30 e 15h00 às 17h35

Regime Livre - Piscina 25m

Hora	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
9h00		3 pistas	3 pistas	3 pistas	3 pistas	2 pistas
9h50		1 pista	3 pistas	1 pista	3 pistas	2 pistas
10h40		3 pistas	3 pistas	3 pistas	3 pistas	2 pistas
11h30		3 pistas	3 pistas	3 pistas	3 pistas	2 pistas
12h20	4 pistas					
13h35	4 pistas					
14h25	4 pistas					
15h15	4 pistas	6 pistas*				
16h05	4 pistas	6 pistas*				
16h55	5 pistas	5 pistas	3 pistas	5 pistas	5 pistas	6 pistas*
17h45	1 pista	2 pistas	2 pistas	1 pista	2 pistas	
18h35	1 pista	1 pista	2 pistas	1 pista	1 pista	
19h25	1 pista	2 pistas	2 pistas	1 pista	2 pistas	
20h15	2 pistas	2 pistas	3 pistas	2 pistas	2 pistas	