

CDL - Horário de Aulas no Tanque de Aprendizagem (2018-2019)

Hora	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sábado
09h00 - 09h45						CAVALOS-MARINHOS F2 (1 OU 2X) (até aos 9)
						CROCODILOS E2(1 OU 2X)
09h50 - 10h35		HIDROTERAPIA		HIDROTERAPIA		CAVALOS-MARINHOS G (1X) (> 10)
						TARTARUGAS E2
10h40 - 11h25		HIDROTERAPIA		HIDROTERAPIA		CROCODILOS G (1X)
						ESTRELAS-DO-MAR A (6-18M) (10H35 - 11H05)
11h30 - 12h15						ESTRELAS-DO-MAR B (19-36M) (11H05 - 11H35)
						ESTRELAS-DO-MAR C (19-36M) (11H35-12H05)
15h15 - 16h00						TARTARUGAS F (1X)
						ESTRELAS-DO-MAR D (19-36M) (16H05 - 16H35)
16h00 -16h45						CAVALOS-MARINHOS H (1X) (até aos 9)(16H40 - 17H25)
16h55 - 17h40	TARTARUGAS A	TARTARUGAS C	TARTARUGAS A	TARTARUGAS C		
17h45 - 18h30	TARTARUGAS B	TARTARUGAS D	CAVALOS MARINHOS F1 (1 OU 2X) (até aos 9)	TARTARUGAS B	TARTARUGAS D	
	CAVALOS-MARINHOS A (até aos 8)	CAVALOS-MARINHOS D (até aos 8)	CROCODILOS E1 (1 OU 2X)	CAVALOS-MARINHOS A (até aos 8)	CAVALOS-MARINHOS D (até aos 8)	
	CROCODILOS A	CROCODILOS C		CROCODILOS A	CROCODILOS C	
18h35 - 19h20	CAVALOS-MARINHOS B (até aos 8)	CROCODILOS D	TARTARUGAS E1 (1 OU 2X)	CAVALOS-MARINHOS B (até aos 8)	CROCODILOS D	
	CAVALOS-MARINHOS C (>9)	CAVALOS-MARINHOS E (>9)	CROCODILOS F (1X)	CAVALOS-MARINHOS C (>9)	CAVALOS-MARINHOS E (>9)	
	CROCODILOS B		CROSSTRaining AQUÁTICO	CROCODILOS B		
19h25 - 20h10	HIDROGINÁSTICA			HIDROGINÁSTICA		
		HIDROBIKE	HIDROBIKE		HIDROBIKE	
20h15 - 21h00	CROSSTRaining AQUÁTICO	NATAÇÃO ADULTOS INICIAÇÃO		CROSSTRaining AQUÁTICO	NATAÇÃO ADULTOS INICIAÇÃO	

Mod. 604 - Horários Oferta Desportiva