

## HORÁRIOS DA NATAÇÃO E HIDROGINASTICA

| SEGUNDA-FEIRA |                 | TERÇA-FEIRA               |              | QUARTA-FEIRA    |                 | QUINTA-FEIRA   |                 | SEXTA-FEIRA               |              |                 |                 |                               |                |                               |  |
|---------------|-----------------|---------------------------|--------------|-----------------|-----------------|----------------|-----------------|---------------------------|--------------|-----------------|-----------------|-------------------------------|----------------|-------------------------------|--|
| <b>7h</b>     | Condicionamento | Hidroginastica            | <b>7h</b>    | Iniciação       | Hidroginastica  | <b>7h</b>      | Condicionamento | Hidroginastica            | <b>7h</b>    | Iniciação       | Hidroginastica  | <b>7h</b>                     | Hidroginastica |                               |  |
| Adulto        |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto         |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto                        |                |                               |  |
| Prof. Guinho  |                 | Prof. Robson              |              | Prof. Guinho    |                 | Prof. Robson   |                 | Prof. Guinho              |              | Prof. Robson    |                 | Prof. Robson                  |                |                               |  |
| <b>8h</b>     | Iniciação 1     | Adaptação                 | <b>8h</b>    | Adaptação 2     | Iniciação 2     | <b>8h</b>      | Iniciação 1     | Adaptação                 | <b>8h</b>    | Adaptação 2     | Iniciação 2     | <b>Reunião de professores</b> |                |                               |  |
| Infantil      |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 | Infantil       |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Alex    |                 | Prof. Guinho              |              | Prof. Robson    |                 | Prof. Guinho   |                 | Prof. Robson              |              | Prof. Guinho    |                 |                               |                |                               |  |
| <b>9h</b>     | Adaptação 2     | Iniciação 2               | <b>9h</b>    | Adaptação 1     | Iniciação 1     | <b>9h</b>      | Adaptação 2     | Iniciação 2               | <b>9h</b>    | Adaptação 2     | Iniciação 2     |                               |                |                               |  |
| Infantil      |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 | Infantil       |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Alex    |                 | Prof. Guinho              |              | Prof. Mauricio  |                 | Prof. Guinho   |                 | Prof. Mauricio            |              | Prof. Guinho    |                 |                               |                |                               |  |
| <b>10h</b>    | Adaptação 1     | Aperfeiçoamento           | <b>10h</b>   | Kids *          | Aperfeiçoamento | <b>10h</b>     | Adaptação 1     | Aperfeiçoamento           | <b>10h</b>   | Kids *          | Aperfeiçoamento | <b>Reunião de professores</b> |                |                               |  |
| Infantil      |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 | Infantil       |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Lu      |                 | Prof. Guinho              |              | Prof. Lu        |                 | Prof. Guinho   |                 | Prof. Lu                  |              | Prof. Guinho    |                 |                               |                |                               |  |
|               |                 | <b>10h Hidroginastica</b> |              |                 |                 |                |                 | <b>10h Hidroginastica</b> |              |                 |                 |                               |                |                               |  |
|               |                 | Adulto                    |              |                 |                 | Adulto         |                 |                           |              | Adulto          |                 |                               |                |                               |  |
|               |                 | Prof. Erica               |              |                 |                 | Prof. Erica    |                 |                           |              | Prof. Erica     |                 |                               |                |                               |  |
| <b>14h</b>    | Iniciação       |                           | <b>14h</b>   | Adaptação       |                 | <b>14h</b>     | Iniciação       |                           | <b>14h</b>   | Adaptação       |                 | <b>Reunião de professores</b> |                |                               |  |
| Adulto        |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto         |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Robson  |                 | Prof. Robson              |              | Prof. Robson    |                 | Prof. Robson   |                 | Prof. Robson              |              | Prof. Robson    |                 |                               |                |                               |  |
| <b>15h</b>    | Condicionamento |                           | <b>15h</b>   | Condicionamento |                 | <b>15h</b>     | Condicionamento |                           | <b>15h</b>   | Condicionamento |                 |                               |                |                               |  |
| Adulto        |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto         |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Elcio   |                 | Prof. Elcio               |              | Prof. Elcio     |                 | Prof. Elcio    |                 | Prof. Elcio               |              | Prof. Elcio     |                 |                               |                |                               |  |
| <b>16h15</b>  | Hidroginastica  |                           | <b>16h15</b> | Hidroginastica  |                 | <b>16h15</b>   | Hidroginastica  |                           | <b>16h15</b> | Hidroginastica  |                 | <b>Reunião de professores</b> |                |                               |  |
| Adulto        |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto         |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 |                               |                |                               |  |
| Profª Raquel  |                 | Profª Raquel              |              | Profª Raquel    |                 | Profª Raquel   |                 | Profª Raquel              |              | Profª Raquel    |                 |                               |                |                               |  |
| <b>17h</b>    | Adaptação 2     | Aperfeiçoamento           | <b>17h</b>   | Adaptação 1     | Iniciação 2     | <b>17h</b>     | Adaptação 2     | Aperfeiçoamento           | <b>17h</b>   | Adaptação 1     | Iniciação 2     |                               |                | <b>Reunião de professores</b> |  |
| Infantil      |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 | Infantil       |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Robson  |                 | Prof. Alex                |              | Prof. Robson    |                 | Prof. Guinho   |                 | Prof. Robson              |              | Prof. Alex      |                 |                               |                |                               |  |
| <b>18h</b>    | Iniciação 1     |                           | <b>18h</b>   | Iniciação 1     |                 | <b>18h</b>     | Iniciação 1     |                           | <b>18h</b>   | Iniciação 1     |                 | <b>Reunião de professores</b> |                |                               |  |
| Infantil      |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 | Infantil       |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Alex    |                 | Prof. Guinho              |              | Prof. Alex      |                 | Prof. Guinho   |                 | Prof. Alex                |              | Prof. Guinho    |                 |                               |                |                               |  |
| <b>18h45</b>  | Adaptação 1     |                           | <b>18h45</b> | Adaptação 1     |                 | <b>18h45</b>   | Adaptação 1     |                           | <b>18h45</b> | Adaptação 1     |                 |                               |                | <b>Reunião de professores</b> |  |
| Infantil      |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 | Infantil       |                 | Infantil                  |              | Infantil        |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Alex    |                 | Prof. Alex                |              | Prof. Alex      |                 | Prof. Alex     |                 | Prof. Alex                |              | Prof. Alex      |                 |                               |                |                               |  |
| <b>19h30</b>  | Iniciação       |                           | <b>19h30</b> | Aperfeiçoamento | Hidroginastica  | <b>19h30</b>   | Iniciação       |                           | <b>19h30</b> | Aperfeiçoamento | Hidroginastica  | <b>Reunião de professores</b> |                |                               |  |
| Adulto        |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto         |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Alex    |                 | Prof. Mauricio            |              | Profª Raquel    |                 | Prof. Alex     |                 | Prof. Mauricio            |              | Profª Raquel    |                 |                               |                |                               |  |
| <b>20h30</b>  | Condicionamento |                           | <b>20h30</b> | Adaptação       |                 | <b>20h30</b>   | Condicionamento |                           | <b>20h30</b> | Adaptação       |                 |                               |                | <b>Reunião de professores</b> |  |
| Adulto        |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 | Adulto         |                 | Adulto                    |              | Adulto          |                 |                               |                |                               |  |
| Prof. Alex    |                 | Prof. Mauricio            |              | Prof. Alex      |                 | Prof. Mauricio |                 | Prof. Alex                |              | Prof. Mauricio  |                 |                               |                |                               |  |

**Obs: Antes de iniciar na modalidade, os associados devem verificar com os professores a disposição de vagas nas turmas.**