

### Época Desportiva 2024/2025

HORAS	SEGUNDA	P	TERÇA	P	QUARTA	P	QUINTA	P	SEXTA	P	HORAS	SÁBADO	P
15:00	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	09h00	Público	1
		2		2		2		2		2			2
15:15		3	AMA Adultos	3	Público	3	ASAS	3	Público	3		AMA	3
		4		4		4		4		4			4
16:30	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	Aqua Pilates	1	09h45	Público	1
		2		2		2		2		2			2
		3	Hidro Sénior	3	Hidro Sénior	3	Hidro Sénior	3		3		Natação Bebés	3
		4		4		4		4		4			4
17:30	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	10h00	JO	1
		2		2		2		2		2			2
		3	Hidro Ginástica	3	Aqua Cross Fit	3	Hidro Ginástica	3	Público	3	10h15	Natação Bebés	3
		4		4		4		4		4			4
18:00	JO	1	JO	1	JO	1	JO	1	JO	1	10h45	Público	1
		2		2		2		2		2			2
18:15	Hidroginástica	3	Público	3	Hidroginástica	3	Público	3	Público	3		Natação Bebés	3
		4		4		4		4		4			4
18:30	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	Público	1	11h00	JO	1
		2		2		2		2		2			2
		3	Hidro Ginástica	3	Público	3	Hidro Ginástica	3	Público	3	11h30	Hidroginástica	3
		4		4		4		4		4			4
19:00	JO	1	JO	1	JO	1	JO	1	JO	1	12h00	JO	1
		2		2		2		2		2			2
	Hidroginástica	3	Público	3	Hidroginástica	3	Público	3	Público	3		Público	3
		4		4		4		4		4			4
20:00	JO	1	JO	1	JO	1	JO	1	JO	1	13h30	ENCERRADO	1
		2		2		2		2		2			2
	Hidroginástica	3	Hidro Ginástica	3	Hidroginástica	3	Hidro Ginástica	3	Público	3			3
		4		4		4		4		4			4
21:00	ENCERRADO												

**NOTA:** Todas as aulas da Escola Municipal de Atividades Aquáticas têm uma duração de 45 minutos excepto as aulas de natação para bebés que são de 30 minutos. Aulas sujeitas a confirmação, mediante disponibilidade de vaga por cada turma.

Professores

Tiago Ferreira

Leslie Reis

Mónica Silva

Suse Lopes