

ESCOLA MUNICIPAL DE ATIVIDADES AQUÁTICAS - EMAA
MAPA DE UTILIZAÇÃO - PISCINA MUNICIPAL DE CAXARIAS

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA					TERÇA-FEIRA					QUARTA-FEIRA					QUINTA-FEIRA					SEXTA-FEIRA				
	PISTAS					PISTAS					PISTAS					PISTAS					PISTAS				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
15h00 - 16h00	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P	P
16h00- 17h00	HidroSénior	P	Desporto Escolar (16:30 - 17:30)		AMA Adultos	P	P	P	HidroSénior			P	AMA Adultos	P	Desporto Escolar (16:30 - 17:30)		HidroSénior			P					
17h00 - 18h00	Aqua Terapia	P	Desporto Escolar (16:30 - 17:30)		Aqua Terapia		P	P	P	P	P	P	P	P	Aqua Terapia	P	Desporto Escolar (16:30 - 17:30)		P	P	P	P	P		
18h00 - 18h45	Hidro	P	N2/3		N1/2	P	CCDC	CCDC	N1/2	P	CCDC	CCDC	N2/3	P	CCDC	CCDC	BEBÉS 18H00 18H30		P	CCDC	CCDC				
	AMA				AMA +				Hidro				AMA +				N1/2								
18H45 - 19h30	Hidro	P	N1/2		P	P	CCDC	CCDC	Hidro	P	CCDC	CCDC	N1/2	P	CCDC	CCDC	Hidro 19h15		P	CCDC	CCDC				
					AMA +	AMA							AMA												
20h00 - 20h45	Hidro	P	AMA Adultos		Hidro	P	CCDC	CCDC	Aqua Cross Fit	P	AMA Adultos		Hidro	P	CCDC	CCDC	P	P	P	P	P				

HORÁRIO	SÁBADO				
	PISTAS				
	1	2	3	4	5
09h00 - 09h45	P	N2/3			
09h45 - 10h30	BEBÉS 09h00 09h30 10h00 10h45 11h15 11h45				AMA +
					N1/2
					AMA
					N2/3 N1/2
10h45 - 11h30	BEBÉS 09h00 09h30 10h00 10h45 11h15 11h45				AMA
					AMA
11h30 - 12h15	BEBÉS 09h00 09h30 10h00 10h45 11h15 11h45				AMA +
					AMA
12h15 - 13h00	P	AMA			

PROFESSORES 2025/2026

Beatriz Coelho	Valter Reis
Mário Ferreira	Alexandre Gaspar
Clubes:	Escolas:
CCDC - Caxarias início 18h15	Agrup. Escolas Caxarias

NIVEIS DE APRENDIZAGEM ESCOLA MUNICIPAL DE ATIVIDADES AQUATICAS

NATAÇÃO PARA BEBÉS ESTRELINHAS (6 - 18 M) TARTARUGAS (19 - 29 M) LULINHAS (26 - 36 M)	ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO PEIXINHOS (3/4 ANOS) - AMA PEIXINHOS (5/6 ANOS) - AMA +	APRENDIZAGEM/APERFEIÇOAMENTO PINGUINS - NÍVEL 1 (N1) FOCAS - NÍVEL 2 (N2) GOLFINHOS - NÍVEL 3 (N3) TUBARÕES - NÍVEL 4 (N4)
AQUAFITNESS HIDROGINÁSTICA HIDROSÉNIOR	ADULTOS APRENDIZAGEM APERFEIÇOAMENTO	AULAS TREINO PERSONALIZADO (COM MARCAÇÃO PRÉVIA)

CONTACTOS:

TLM:
piscina.caxarias@mail.cm-ourem.pt

HORÁRIO FUNCIONAMENTO
SEGUNDA a SEXTA: 15H00 - 21H00
SÁBADOS: 08H30 - 13H30