ÉPOCA DESPORTIVA 2026/2027

ESCOLA MUNICIPAL DE ATIVIDADES AQUÁTICAS - EMAA

MAPA DE UTILIZAÇÃO - PISCINA MUNICIPAL DE CAXARIAS

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

HORÁRIO	SÁBADO PISTAS 1	2	3	4	5	HORÁRIO
08h30 - 11h15	P			N2/3		09h00 - 09h45
09h15 - 09h45	Lulinhas			AMA +		
09h45 - 10h15	Lulinhas			N1/2		09h45 - 10h30
10h15 - 10h45	Tartarugas			AMA		
10h45 - 11h15	Estrelinhas			N2/3		10h45 - 11h30
11h15 - 11h45	Estrelinhas			AMA		
11h45 - 12h15	P	P	P	N1/2		11h30 - 12h15
				AMA		
12h15 - 13h30	P	P	P	AMA +		12h15 - 13h00
				AMA		

PROFESSORES 2026/2027

- Beatriz Coelho
- Valter Reis
- Mário Ferreira
- Vânia Correia
- Vítor Gomes

Clubes:

- CCDC - Caxarias | inicio 18h15

Escolas:

- Agrup. Escolas Caxarias

NÍVEIS DE APRENDIZAGEM ESCOLA MUNICIPAL DE ATIVIDADES AQUÁTICAS

NATAÇÃO PARA BEBÉS

ESTRELINHAS (6 - 18 M)
TARTARUGAS (19 - 29 M)
LULINHAS (26 - 36 M)

AQUAFITNESS

HIDROGINÁSTICA
HIDROSÉNIOR
AQUATERAPIA

ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO

PEIXINHOS (3/4 ANOS) - AMA
PEIXINHOS (5/6 ANOS) - AMA +

ADULTOS

APRENDIZAGEM
APERFEIÇOAMENTO

APRENDIZAGEM/APERFEIÇOAMENTO

PINGUINS - NÍVEL 1 (N1)
FOCAS - NÍVEL 2 (N2)
GOLFINHOS - NÍVEL 3 (N3)
TUBARÕES - NÍVEL 4 (N4)

AULAS TREINO PERSONALIZADO

(COM MARCAÇÃO PRÉVIA)

REGIME LIVRE

PISTAS LIVRES (P)

CONTACTOS:

TLM: 351 915 648 671
E-mail: piscina.caxarias@mail.cm-ourem.pt

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO:

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