

Piscinas Sacapeito - Horários EMNS 2021-2022

Bebés

18h00	19-36M	30 m	4ª - Feira	Patrícia Fagulha
19h00	19-36M	30 m	4ª - Feira	Patrícia Fagulha
9h15	19-36M - MI	45 m	Sábado	Joana Amante

3 Anos

18h30	3 anos	30 m	4ª - Feira	Patrícia Fagulha
19h30	4 anos	31 m	4ª - Feira	Patrícia Fagulha
09h45	3 anos	30 m	Sábado	Rui Félix

Ama I

17h30	Ama I	30 m	2ª e 5ª - Feira	Patrícia Fagulha
18h30	Ama I	30 m	2ª e 5ª - Feira	Rui Félix
17h00	Ama I	30 m	3ª e 6ª - Feira	Patrícia Fagulha
17h30	Ama I	30 m	3ª e 6ª - Feira	Patrícia Fagulha
18h00	Ama I	30 m	3ª e 6ª - Feira	Patrícia Fagulha
18h30	Ama I	30 m	3ª e 6ª - Feira	Rita Ribeiro
17h30	Ama I	30 m	4ª-feira	Patrícia Fagulha
18h45	Ama I	30 m	4ª-feira	Rui Félix
09h15	Ama I	30 m	Sábado	Rui Félix
10h15	Ama I	30 m	Sábado	Rui Félix
10h45	Ama I	30 m	Sábado	Rui Félix
11h15	Ama I	30 m	Sábado	Rui Félix

Ama II

17h15	Ama II	45m	2ª e 5ª - Feira	Patrícia Fagulha
17h45	Ama II	45 m	2ª e 5ª - Feira	Rui Félix
17h30	Ama II	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rita Ribeiro
19h15	Ama II	45 m	3ª e 6ª - Feira	Patrícia Fagulha
17h15	Ama II	45 m	4ª - Feira	Patrícia Fagulha
18h00	Ama II	45 m	4ª - Feira	Rui Félix
11h00	Ama II	45 m	Sábado	Joana Amante
11h45	Ama II	45 m	Sábado	Joana Amante

4-6 Anos

18h30	4 -6 Anos	45 m	2ª e 5ª - Feira	Patrícia Fagulha
19h15	4 -6 Anos	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rui Félix
10h15	4 -6 Anos	45 m	Sábado	Joana Amante

7-9 Nível I

19h15	7 -9 I	45 m	2ª e 5ª - Feira	Rui Félix
18h30	7 -9 I	45 m	3ª e 6ª - Feira	Patrícia Fagulha
19h15	7 -9 I	45 m	4ª - Feira	Rui Félix
11h30	7 -9 I	45 m	Sábado	Rui Félix

7-9 Nível II

19h15	7 -9 II	45 m	2ª e 5ª - Feira	Rui Gomes
18h30	7 -9 II	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rui Gomes
11h00	7 -9 II	45 m	Sábado	Renato Rodrigues

10 -15 I

19h15	10-15 I	45 m	2ª e 5ª - Feira	Rui Gomes
18h30	10-15 I	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rui Gomes
11h00	10-15 I	45 m	Sábado	Renato Rodrigues

10 - 15 II				
18h30	10 - 15 II	45m	2ª e 5ª - Feira	Rui Gomes
19h15	10-15 II	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rui Gomes
11h45	10 - 15 II	45 m	Sábado	Renato Rodrigues

10 - 15 III				
18h30	10 - 15 III	45m	2ª e 5ª - Feira	Rui Gomes
19h15	10 - 15 III	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rui Gomes
11h45	10 - 15 III	45 m	Sábado	Renato Rodrigues

Hidro Mix				
19h30	Hidro Mix	45 m	2ª e 5ª - Feira	Patrícia Fagulha

Maiores 15				
20h00	Maiores 15	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rita Ribeiro

Aperfeiçoamento				
20h00	Aperfeiçoamento	45m	2ª e 5ª - Feira	Rui Gomes

Manutenção				
20h00	Manutenção	45 m	2ª e 5ª - Feira	Rui Félix
20h00	Manutenção	45 m	3ª e 6ª - Feira	Rui Gomes

Treino Avançado - Infantis				
17h30	Infantis	120 m	4ª - Feira	Renato Rodrigues
09h00	Infantis	120 m	Sábado	Renato Rodrigues

Treino Avançado - ABS				
16h00	Absolutos	120 m	4ª - Feira	Renato Rodrigues
09h00	Absolutos	120 m	Sábado	Renato Rodrigues

Aqualísio

09h45	Fisioterapia Aquática SE	45m	2ª e 5ª - Feira	Lina Sousa
10h30	Fisioterapia Aquática SE	45 m	2ª e 5ª - Feira	Lina Sousa
19h15	Fisioterapia Aquática	45 m	2ª e 5ª - Feira	Cláudia Patrocínio
20h00	Fisioterapia Aquática	45 m	2ª e 5ª - Feira	Cláudia Patrocínio