

CLASSES BEBÉS - Aulas de 30 min	Nº Max	CLASSES MAIORES DE 15 - Aulas de 45 min	Nº Max
06 A 18 MESES - 4ª - 17:30 ; 18:00	10	MAIORES DE 15 N I - 2ª - 16:45	10
06 A 18 MESES - Sábado - 09:00; 09:30; 10:00; 10:30; 15:00; 15:30	10	MAIORES DE 15 N I - 4ª - 16:00	10
19 A 36 MESES - 4ª - 17:30; 18:00; 18:30; 18:30B;	10	MAIORES DE 15 N I - 5ª - 16:45	10
19 A 36 MESES - Sábado - 09:00; 09:30; 11:00; 11:30; 15:00; 15:30	10		
CLASSES 3 ANOS - Aulas de 30 min	Nº Max	CLASSES APERFEIÇOAMENTO - Aulas de 45 min	Nº Max
3 ANOS (CHAP) - 2ª - 17:00; 17:30; 18:00; 18:30	6	APERFEIÇOAM. - 2ª - 19:15	10
3 ANOS (CHAP) - 3ª - 18:00; 18:30	6	APERFEIÇOAM. - 4ª - 19:15	10
3 ANOS (CHAP) - 4ª - 17:30; 18:00	6	APERFEIÇOAM. - 5ª - 19:15	10
3 ANOS (CHAP) - 5ª - 17:00; 17:30; 18:00; 18:30	6		
3 ANOS (CHAP) - 6ª - 18:00; 18:30	6	CLASSES MANUTENÇÃO - Aulas de 45 min	Nº Max
3 ANOS (CHAP) - Sábado - 09:00; 09:30; 10:00; 10:30; 11:00; 16:00	6	MANUTENÇÃO N - 2ª - 19:15	10
		MANUTENÇÃO N - 4ª - 19:15	10
		MANUTENÇÃO N - 5ª - 19:15	10
CLASSES AMA I - Aulas de 30 min	Nº Max	CLASSES MOTRICIDADE AQUÁTICA Aulas de 45 min	Nº Max
AMA I (4 - 6 ANOS) - 2ª - 17:00; 17:30 B; 17:45 A; 18:00; 18:30; 19:00 A; 19:00 B	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA 2ª - 12:15; 14:15	14
AMA I (4 - 6 ANOS) - 3ª - 17:30; 18:00; 18:30; 19:00; 19:30	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA 3ª - 16:45; 20:00; 20:45	14
AMA I (4 - 6 ANOS) - 4ª - 17:00; 17:30; 18:00; 18:30; 19:00; 19:30	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA 4ª - 20:00	14
AMA I (4 - 6 ANOS) D. PEDRO - 4ª 10:00 A	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA 5ª - 12:15; 14:15	14
AMA I (4 - 6 ANOS) - 5ª - 17:00; 17:30 B; 17:45 A; 18:00; 18:30; 19:00 A; 19:00 B	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA 6ª - 16:45; 20:00; 20:45	14
AMA I (4 - 6 ANOS) - 6ª - 17:30; 18:00; 18:30; 19:00; 19:30	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA Sénior - 2ª - 15:00; 15:45	14
AMA I (4 - 6 ANOS) - Sábado - 09:00 ; 09:30; 10:00; 10:30; 11:00; 11:30; 12:00; 15:00; 15:30; 16:00	8	MOTRICIDADE AQUÁTICA Sénior - 3ª - 14:30; 15:15; 16:00	14
		MOTRICIDADE AQUÁTICA Sénior - 4ª - 15:15	14
		MOTRICIDADE AQUÁTICA Sénior - 5ª - 15:00; 15:45	14
		MOTRICIDADE AQUÁTICA Sénior - 6ª - 14:30; 15:15; 16:00	14
CLASSES AMA II - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES PILATES - Aulas de 45 min	Nº Max
AMA II (7-11) - 2ª - 17:30A; 17:30 B; 18:15A; 18:15 B	10	Pilates - 2ª - 17:00; 17:45; 18:30; 19:15	10
AMA II (7-11) - 3ª - 17:30; 17:45; 18:30 A; 18:30 B; 19:15 A; 19:15 B	10	Pilates - 3ª - 18:15; 19:00	10
AMA II (7-11) - 4ª - 17:30 B; 18:15 B; 19:00 A; 19:00 B	10	Pilates - 4ª - 18:15; 19:00	10
AMA II (D. Pedro) - 4ª - 16:45 A	10	Pilates - 5ª - 17:00; 17:45; 18:30; 19:15	10
AMA II (7-11) - 5ª - 17:30A; 17:30 B; 18:15A; 18:15 B	10	Pilates - 6ª - 18:15; 19:00	10
AMA II (7-11) - 6ª - 17:30; 17:45; 18:30 A; 18:30 B; 19:15 A; 19:15 B	10		
AMA II (7-11) - Sábado - 09:30; 10:15; 11:00 A; 11:00 B; 11:45 ; 12:00; 15:45	10		
CLASSES AMA III - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES HIDRO SENIOR - Aulas de 45 min	Nº Max
AMA III (12 - 15ANOS) - 3ª - 17:45	10	HIDRO SENIOR - 2ª - 09:45; 10:45; 11:30	28
AMA III (12 - 15ANOS) - 6ª - 17:45	10	HIDRO SENIOR - 3ª - 11:30	28
AMA III (12 - 15ANOS) - Sábado - 11:45	10	HIDRO SENIOR - 5ª - 09:45; 10:45; 11:30	28
		HIDRO SENIOR - 6ª - 11:30	28
CLASSES 4-6 - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES HIDRO MIX - Aulas de 45 min	Nº Max
4 A 6 ANOS - 2ª - 18:15	10	HIDRO MIX - 2ª - 08:00; 09:00; 19:15	28
4 A 6 ANOS - 3ª - 19:00	10	HIDRO MIX - 5ª - 08:00; 09:00; 19:15	28
4 A 6 ANOS - 5ª - 18:15	10		
4 A 6 ANOS - 6ª - 19:00	10		
4 A 6 ANOS - Sábado - 10:15	10		
CLASSES 7-9 I - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES HIDRO POWER - Aulas de 45 min	Nº Max
7 A 9 ANOS N I - 2ª - 17:30; 18:15	10	HIDRO POWER - 2ª, 20:00	28
7 A 9 ANOS N I - 3ª - 17:45; 18:30; 19:15	10	HIDRO POWER - 5ª, 20:00	28
7 A 9 ANOS N I - 4ª - 18:15	10		
7 A 9 ANOS N I - 5ª - 17:30; 18:15	10	CLASSES DEEPWATER - Aulas de 45 min	Nº Max
7 A 9 ANOS N I - 6ª - 17:45; 18:30; 19:15	10	DEEPWATER N I - 2ª, 19:15	18
7 A 9 ANOS N I - Sábado - 09:30; 10:15, 15:00	10	DEEPWATER N I - 5ª, 19:15	18
7 A 9 ANOS N I - D Pedro 4ª 16:45	10		
CLASSES 7-9 II - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES AQUA FLOAT - Aulas de 30 min	Nº Max
7 A 9 ANOS N II - 2ª - 17:45; 18:30	10	Aqua Float - 4ª - 19:30	8
7 A 9 ANOS N II - 3ª - 17:45; 18:30	10		
7 A 9 ANOS N II - 4ª - 17:30; 18:15	10	ESCOLA DESPORTIVA MULTIDISCIPLINAR - Aulas de 60 min	Nº Max
7 A 9 ANOS N II - 5ª - 17:45; 18:30	10	EDM (ESCOLA DESPORTIVA MULTIDISCIPLINAR) - 3ª - 18:00	20
7 A 9 ANOS N II - 6ª - 17:45; 18:30	10	EDM (ESCOLA DESPORTIVA MULTIDISCIPLINAR) - 4ª - 18:45	20
7 A 9 ANOS N II - Sábado - 09:30; 11:00; 15:00	10	EDM (ESCOLA DESPORTIVA MULTIDISCIPLINAR) - 6ª - 18:00	20
CLASSES 10-15 I - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES NATAÇÃO ARTÍSTICA NI - Aulas de 60 min	Nº Max
10-15 ANOS N I - 2ª - 17:45	10	N. Artística N I (10-20a) - 2ª - 18:15	14
10-15 ANOS N I - 3ª - 17:45; 19:15	10	N. Artística N I (10-20a) - 4ª - 18:30	14
10-15 ANOS N I - 4ª - 17:30; 19:15	10	N. Artística N I (10-20a) - 5ª - 18:15	14
10-15 ANOS N I - 5ª - 17:45	10		
10-15 ANOS N I - 6ª - 17:45; 19:15	10	CLASSES NATAÇÃO ARTÍSTICA NII - Aulas de 60 min	Nº Max
10-15 ANOS N I - Sábado - 09:30; 11:00; 15:00	10	N. Artística N II (10-20a) - 2ª - 20:00	14
10-15 ANOS N I - D.Pedro 4ª - 16:45	10	N. Artística N II (10-20a) - 4ª - 20:00	14
		N. Artística N II (10-20a) - 5ª - 20:00	14
CLASSES 10-15 II - Aulas de 45 min	Nº Max	CLASSES POLO AQ. SUB12/SUB14 - Aulas de 60 min	Nº Max
10-15 ANOS N II - 2ª - 18:30	10	POLO SUB12/SUB14 - 3ª - 18:15	20
10-15 ANOS N II - 3ª - 17:45; 19:15	10	POLO SUB12/SUB14 - 4ª - 18:45	20
10-15 ANOS N II - 4ª - 17:30	10	POLO SUB12/SUB14 - 6ª - 18:15	20
10-15 ANOS N II - 5ª - 18:30	10		
10-15 ANOS N II - 6ª - 17:45; 19:15	10	CLASSES POLO AQ. SUB14/SUB16 - Aulas de 60 min	Nº Max
10-15 ANOS N II - Sábado - 10:15	10	POLO SUB16/ 18 - 3ª - 20:00	20
		POLO SUB16/ 18 - 4ª - 20:00	20
		POLO SUB16/ 18 - 6ª - 20:00	20
CLASSES 10-15 III - Aulas de 45 min	Nº Max	SALVAMENTO AQUÁTICO DESPORTIVO - Aulas de 45 min	Nº Max
10-15 ANOS N III - 3ª - 19:15	8	SAD - 2ª - 19:15	18
10-15 ANOS N III - 6ª - 19:15	8	SAD - 5ª - 19:15	18
10-15 ANOS N III - Sábado - 10:15	8		
		CLASSES COMPETIÇÃO - Aulas de 120 min	Nº Max
		Cadetes - (CA) 3ª e 6ª, 18:30 / (SA) 4ª, 17:45	20
		INF/ JUV/ JUN/ SEN - (CA)2ª,5ª - 19:30 / 3ª, 6ª - 20:00 (SA)4ª-16:30 / sab 9:00	40