



HORÁRIOS ADULTOS

A programação pode ser alterada sem aviso prévio



AQUÁTICO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
6:15	Natação 45' Valquíria - Paulo	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Paulo	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Carol
7:00	Natação 45' Valquíria - Paulo	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Paulo	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Carol
7:45	Hidroginástica 45' Paulo	Hidroginástica 45' Paulo		Hidroginástica 45' Paulo	Hidroginástica 45' Paulo
	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Carol
8:30		Natação 45' Valquíria - Rafael		Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria
09:15		Hidroginástica 45' Rafael		Hidroginástica 45' Rafael	
10:45	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael
11:30	Hidroginástica 45' Paulo	Hidroginástica 45' Mari	Hidroginástica 45' Paulo	Hidroginástica 45' Mari	
	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Silmara - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael	Natação 45' Silmara - Rafael	Natação 45' Valquíria - Rafael
12:15	Natação 45' Rafael		Natação 45' Rafael		Natação 45' Rafael
14:15	Natação 45' Claudia		Natação 45' Claudia		Natação 45' Claudia
17:15	Natação 45' Barbara		Natação 45' Barbara		
18:00		Natação 45' Barbara		Natação 45' Barbara	Natação 45' Barbara
18:15		Hidroginástica 45' Barbara		Hidroginástica 45' Barbara	
18:45	Natação 45' Barbara	Natação 45' Barbara	Natação 45' Barbara	Natação 45' Barbara	Natação 45' Barbara
19:30	Natação 45' Barbara	Natação 45' André - Barbara	Natação 45' Barbara	Natação 45' André - Barbara	Natação 45' Barbara
	Hidroginástica 45' André		Hidroginástica 45' André		Hidroginástica 45' Aline
20:15	Natação 45' Barbara	Natação 45' André - Barbara	Natação 45' Barbara	Natação 45' André - Barbara	

SÁBADO

07:00	Natação 45' Rafael
07:45	45' Ricardo - Rafael
12:15	Natação 45' Ricardo - Rafael