

HORÁRIOS:**MANHÃ**

| Idade | N ou H | Horário | dias | duração |
|----------|---------|---------------|---------|---------|
| 14 ou + | Natação | 8h às 8:45 | 3a à 6a | 45min |
| FEMININO | Hidro | 8:45 às 9:35 | 3a e 5a | 50min |
| 6 à 12 | Natação | 8:45 às 9:30 | 4a e 6a | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 9:30 às 10 | 4 à 6a | 30min |
| 6 à 12 | Natação | 9:35 às 10:20 | 3a e 5a | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 10 às 10:30 | 4a e 6a | 30min |

TARDE

| FEMININO | H | Horário | dias | duração |
|----------|---------|----------------|---------|---------|
| | | 13:40 às 14:30 | 3a e 5a | 50min |
| 3 à 5 | Natação | 14 à 14:30 | 2a e 4a | 30min |
| 6 à 10 | Natação | 14:30 à 15:15 | 2a e 4a | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 15 às 15:30 | 3a e 5a | 30min |
| 15 ou + | Natação | 15:15 às 16 | 2a e 4a | 45min |
| 15 ou + | Natação | 15:30 às 16:15 | 3a e 5a | 45min |
| 8 à 14 | Natação | 16 às 16:45 | 2a e 4a | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 16:45 às 17:15 | 2a e 4a | 30min |
| 1 à 3 | Natação | 17 às 17:30 | 3a e 5a | 30min |
| 14 ou + | Natação | 17:30 às 18:15 | 3a e 5a | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 17:45 às 18:15 | 2a e 4a | 30min |

NOITE

| | | | | |
|----------|---------|----------------|---------|-------|
| 6 à 11 | Natação | 18:15 às 19 | 2a e 4a | 45min |
| 15 ou + | Natação | 18:15 às 19 | 3a e 5a | 45min |
| 15 ou + | Natação | 19 às 19:45 | 3a e 5a | 45min |
| FEMININO | Hidro | 19 às 19:50 | 2a e 4a | 50min |
| 15 ou + | Natação | 19:45 às 20:30 | 3a e 5a | 45min |
| 8 à 14 | Natação | 19:50 às 20:35 | 2a e 4a | 45min |

SÁBADOS

| | | | | |
|---------|---------|----------------|--|-------|
| 15 ou + | Natação | 8 às 8:45 | | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 8:45 às 9:30 | | 45min |
| 6 à 12 | Natação | 9:30 às 10:15 | | 45min |
| 7 à 14 | Natação | 10:15 às 11 | | 45min |
| 3 à 5 | Natação | 11 às 11:45 | | 45min |
| 1 à 3 | Natação | 11:45 às 12:15 | | 30min |