



HORÁRIO ATIVIDADES GRUPO 2025/2026

Adaptação ao Meio Aquático	BEBÉS 1 (6-18M)	Sábado	9H-9H40	JORGE OLIVEIRA
	BEBÉS 2 (18-36M)	Sábado	10H45-11H20	JORGE OLIVEIRA
	ESTRELAS DO MAR	Segunda	17H15-17H55	MÁRCIA BRÁS
			18H-18H40	ANA MOREIRA
		Terça	18H-18H40	BRUNO SOARES
		Quarta	17H15-17H55	BRUNO SOARES
			18H-18H40	ANA MOREIRA
		Sábado	9H45-10H25	JORGE OLIVEIRA
	CAVALOS	Terça	18H-18H40	MÁRCIA BRÁS
		Quarta	18H-18H40	BRUNO SOARES
Quinta		17H15-17H55	MÁRCIA BRÁS	
		18H-18H40	BRUNO SOARES	
	Sábado	11H30-12H10	JORGE OLIVEIRA	
Hidrosénior	TURMA 1	2ª, 4ª e 6ª	9H15-9H55	ANA FLORES E INÊS
	TURMA 2	2ª, 4ª e 6ª	10H-10H40	QUEDAS
	TURMA 3	2ª e 6ª	10H45-11H25	BRUNO SOARES
	TURMA 4	2ª e 6ª	11H30-12H10	BRUNO SOARES
Hidrogenástica	TURMA 1	2ª e 4ª	13H30-14H10	BRUNO SOARES
	TURMA 2	3ª e 5ª	17H15-17H55	BRUNO SOARES
	TURMA 3	3ª e 5ª	19h15-19H55	BRUNO SOARES
Dança em Família (Famílias com crianças até aos 4 anos)	TURMA 1	3ª	17h15-17h55	MARIA INÊS MENDES
Dança Criativa (5-11 anos)	TURMA 1	4ª e 6ª	17h15-17h55	MARIA INÊS MENDES
Dança Mais	TURMA 1	Terça	10H-10H50	MARIA INÊS MENDES