



## Escola Municipal de Natação – Santa Marta de Penaguião

NATAÇÃO - BEBÉS (BEBÉS 6 aos 36 meses + PAIS)		
	DIA	HORA
	QUARTA	18:00 às 18:45

NATAÇÃO - ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO – 3 A 5 ANOS		
	DIA	HORA
NÍVEL 0/1	SEGUNDA, TERÇA, QUINTA E SEXTA	18:00 às 18:45

NATAÇÃO - CRIANÇAS – 6 AOS 12 ANOS		
	DIA	HORA
NÍVEL 1,2,3	SEGUNDA, TERÇA, QUINTA E SEXTA	18:00 às 18:45

## Escola Municipal de Natação – Santa Marta de Penaguião

NATAÇÃO JOVENS / ADULTOS	
APRENDIZAGEM E APERFEIÇOAMENTO	
Dia	Hora
Segunda, Quarta e Sexta	18:45 às 19:30
Terça e Quinta	18:45 às 19:30 19:30 às 20:15 20:15 às 21:00

ADAPTAÇÃO AO MEIO AQUÁTICO – ADULTOS	
DIA	HORA
Quarta	18:45 às 19.30

## Escola Municipal de Natação – Santa Marta de Penaguião

HIDROGINÁSTICA	
Dia	Hora
Terça e Quinta	18:45 às 19:30 19:30 às 20:15 20:15 às 21:00

HIDROBIKE	
Dia	Hora
Segunda, Quarta e Sexta	19.30 às 20.15 20.15 às 21.00