

HORÁRIO



ANO LETIVO 2022/2023



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07h45	Hid			Hid		A III Hid Hid Hid AIII 9h00
08h30						A I Fral II A III A III BI 9h45
09h00	Hid Hid Hid	Hid Hid Hid	Hid Hid	Hid Hid Hid	Hid Hid Hid	A I Fral II 10h15 A I A I A I 10h30
10h00	Hid			Hid		B I Fral I 10h45 Fral I Fral I Fral.II 11h15
10h30	Hid	Hid	Apr.	Hid	Hid	Fral I 11h15 Fral II Fral II Fral. I 11h45
12h45	Hid		Hbike	Hid		
15h00						
15h45	Hid Hid			Hid Hid		All Hidro. 15h30
16h30	Apr Hid	Apr		Apr Hid	Apr	A III BI 16h15
17h15	Hbike Apr A I Hid Hid Hid	A I Hid Hid A II Hid Hid	AI A I Hid	Hbike Apr A I Hid Hid Hid	A I Hid Hid A II Hid Hid	C/D A I 17h00
18h00	BII D B I A III A I A III B I A I A II B II A I BII	BI A III All B II AI B II A III Hid A III B I A III	All B I A III A II A III AIII A I	BII All B I A III A I A III B I A I A II B II A I BII	BI A III All B II AI B II A III Hid A III B I A III	Hid NT 17h45
18h45	A II Hid AIII C A II C B II A III C B I B I All	BI D Man A I B I A III A I A II AI A II A III	A I B I Hid B I Frald 18h45 AI B I	A II Hid AIII C A II C B II A III C B I B I All	BI D Man A I B I A III A I A II AI A II A III	Hbike B I 18h30
19h30	B I Apr A III D Hid Apr ABC Hid Apr. B II C Hid	A III C Hid B II Hid A III D Hid D D NT	Hbike C B II B II Frald 19h15 ABC AIII	B I Apr A III D Hid Apr ABC Hid Apr. B II C Hid	A III C Hid B II Hid A III D Hid D D NT	
20h15	Man Apr Hbike ABC NT ABC Hbike Apr.	Apr Mast Apr Apr ABC Apr Man/Mast Man. Hid	Apr NT Hid Hid Hid	Man Apr Hbike ABC NT ABC Hbike Apr.	Apr Mast Apr Apr ABC Apr Man/Mast Man. Hid	
21h00	Apr Hid Apr Hid Mast Hid	Hid Hbike Hid Man/Mast Hbike Apr.		Apr Hid Apr Hid Mast Hid	Hid Hbike Hid Man/Mast Hbike Apr.	

PISCINA MUNICIPAL DE LORDELO
Praça Francisco Sá Carneiro, Nº20
4584-824 LORDELO
TLF | 224449043
Email | piscinalordelo@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE PAREDES
Avenida Campo das Laranjeiras
4580-058 PAREDES
TLF | 255785691
Email | piscinaparedes@cm-paredes.pt

Fral I Fraldinhas I | Bebés 1º Ano de Prática
Fral II Fraldinhas II | Bebés 2º Ano de Prática
A I A 3/5 anos | Crianças 3/5 anos 1ª vez
A II A 3/5 anos | Crianças 3/5 anos 2ª vez

ABC AquaBootCamp
D Nível D | Crianças Nível C/D e D
Hid Hidroginástica
Hbike Hidrobike
NT Natação Terapêutica

PISCINA MUNICIPAL DE REBORDOSA
Praça da Comunidade, nº 416
4585-845 REBORDOSA
TLF | 224159177
Email | piscinarebordosa@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL ROTA DOS MÓVEIS
Rua Granja da Fonseca
4585-644 RECAREI
TLF | 224337420
Email | piscinarotadosmoveis@cm-paredes.pt

A III A 6/10 anos | Crianças 6/10 anos 1ª vez
B I Nível B | Crianças 6/10 anos 2ª vez/Nível B
B II Nível B | Crianças 6/10 anos 2ª vez/Nível B/C
C Nível C | Crianças Nível B/C e C

Apr Adultos Aprendizagem
Apf Adultos Aperfeiçoamento
Man Adultos Manutenção
Mast Adultos Avançados