

Piscina Municipal de Alhos Vedros - Horário da Época Desportiva 2023/2024

Horas	2ª Feira						3ª Feira						4ª Feira						5ª Feira						6ª Feira						Horas	Sábado						Domingo					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6		1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
07h30 08h15	APZ. +14	APF. +14	Natação Livre	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	APF. +14	Natação Livre	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	APF. +14	Natação Livre	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	APF. +14	Natação Livre	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	APF. +14	Natação Livre	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	07h30 08h15	Natação Livre						Natação Livre									
08h15 09h00	APZ. +14	Nat. Livre	Hidro	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	Nat. Livre	Hidro	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	Nat. Livre	Hidro	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	Nat. Livre	Hidro	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	Nat. Livre	Hidro	Natação Livre	APZ. +14	APZ. +14	08h15 09h00	Natação Livre						Natação Livre									
09h00 09h45	Natação Livre	Projetos Municipais				Projetos Municipais				Natação Livre	Projetos Municipais				Projetos Municipais				Natação Livre				09h00 09h45	AMA1	APZ. 6-14	APF. +14	APZ. +14	AMA1	APZ. 6-14	APF. +14	APZ. +14												
09h45 10h30	Nat. Livre	Projetos Municipais				Projetos Municipais				Projetos Municipais				Natação Livre				09h45 10h30	AMA1	AMA2	APF. 6-14	APZ. 6-14	AMA1	AMA2	APF. 6-14	APZ. 6-14																	
10h30 11h15	Projetos Municipais	Natação Livre	Projetos Municipais	Projetos Municipais				Projetos Municipais				Projetos Municipais	Natação Livre	Projetos Municipais	10h30 11h15	AMA1	AMA2	APZ. 6-14	APF. +14	AMA1	AMA2	APZ. 6-14	APZ. +14																				
11h15 12h00	Projetos Municipais	Natação Livre	Projetos Municipais	Projetos Municipais				Projetos Municipais				Natação Livre				11h15 12h00	APZ. +14	APF. +14	APF. 6-14	APZ. 6-14	APZ. +14	APF. +14	APF. 6-14	APZ. 6-14																			
12h00 12h45	Natação Livre	APF. +14	APZ. +14	Natação Livre	APZ. +14	Natação Livre	APF. +14	APZ. +14	Natação Livre	APZ. +14	Natação Livre	APF. +14	APZ. +14	12h00 12h45	Natação Livre	Hidro				Natação Livre	Hidro																						
12h45 13h30	Natação Livre	Hidro				Nat. Livre	Hidro				Natação Livre	Hidro				Nat. Livre	Hidro				Natação Livre	Hidro				12h45 13h30																	
13h30 14h15	APF. +14	Natação Livre				APZ. +14	Nat. Livre	Hidro				APF. +14	Natação Livre				APZ. +14	Nat. Livre	Hidro				APF. +14	Natação Livre				13h30 14h15	Natação Livre				Pais & Filhos										
14h15 15h00	Nat. Livre	Projetos Municipais				Cedência Utilização	Nat. Livre	Hidrosoft				Nat. Livre	Cedência Utilização	Hidrosoft				Nat. Livre	Cedência Utilização	Natação Livre				14h15 15h00	Natação Livre				Pais & Filhos														
15h00 15h45	Natação Livre	Projetos Municipais				Natação Livre	Projetos Municipais				Natação Livre	Projetos Municipais				Natação Livre	Cedência Utilização	Projetos Municipais				Cedências de Utilização	Nat. Livre	Projetos Municipais				15h00 15h45	Natação Livre				Pais & Filhos										
15h45 16h30	Natação Livre				Cedências de Utilização	Natação Livre	Projetos Municipais				Natação Livre				Cedências de Utilização	Natação Livre				Cedência Utilização	Natação Livre				Cedências de Utilização	15h45 16h30	Natação Livre				Pais & Filhos												
16h30 17h15	AMA1	APZ. 6-14	Nat. Livre	APZ. +14	AMA1	APZ. 6-14	Nat. Livre	APZ. +14	AMA1	APZ. 6-14	Nat. Livre	APZ. +14	AMA1	APZ. 6-14	Nat. Livre	APZ. +14	AMA1	APZ. 6-14	Nat. Livre	APZ. +14	AMA1	APZ. 6-14	Nat. Livre	APZ. +14	16h30 17h15	Natação Livre				Pais & Filhos													
17h15 18h00	AMA1	APZ. +14	APZ. 6-14	AMA2	AMA1	AMA2	APZ. 6-14	AMA1	APZ. +14	APZ. 6-14	AMA2	AMA1	AMA2	APZ. 6-14	AMA1	APZ. +14	APZ. 6-14	AMA1	APZ. +14	APZ. 6-14	AMA1	APZ. +14	APZ. 6-14	AMA2	17h15 18h00	Natação Livre				Pais & Filhos													
18h00 18h45	AMA1	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA1	AMA1	APZ. 6-14	AMA2	AMA1	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA1	AMA1	APZ. 6-14	AMA2	AMA1	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	18h00 18h45	Natação Livre				Pais & Filhos														
18h45 19h30	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA2	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA2	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA1	APZ. 6-14	APF. 6-14	AMA2	AMA2	18h45 19h30	Natação Livre				Pais & Filhos														
19h30 20h15	APZ. 6-14	APF. AV.	APF. 6-14	APZ. +14	APZ. 6-14	APF. 6-14	APF. +14	APZ. +14	APZ. 6-14	APF. AV.	APF. 6-14	APZ. +14	APZ. 6-14	APF. AV.	APF. 6-14	APF. +14	APZ. +14	APZ. 6-14	APF. AV.	APF. 6-14	APZ. +14	19h30 20h15																					
20h15 21h00	APZ. +14	APF. +14	APF. AV.	Hidro	APZ. +14	APF. +14	Hidro	APZ. +14	APF. +14	APF. AV.	Hidro	APZ. +14	APF. +14	Hidro	APZ. +14	APF. +14	Hidro	APZ. +14	APF. +14	APF. AV.	Hidro	20h15 21h00																					
21h00 21h45	APZ. +14	Natação Livre	APF. +14	Natação Livre	APF. +14	APZ. +14	APZ. +14	Natação Livre	APF. +14	Natação Livre	APF. +14	APZ. +14	APZ. +14	Natação Livre	APF. +14	APZ. +14	APZ. +14	Natação Livre	APF. +14	21h00 21h45																							

- Notas:**
AMA 1 - Aulas de Adaptação ao Meio Aquático para utentes dos 4 aos 9 anos
AMA 2 - Aulas de Adaptação ao Meio Aquático para utentes dos 9 aos 14 anos
APZ. 6-14 - Aulas de Aprendizagem para utentes dos 6 aos 14 anos
APF. 6-14 - Aulas de Aperfeiçoamento para utentes dos 6 aos 14 anos
APZ. +14 - Aulas de Aprendizagem para utentes maiores de 14 anos
APF. +14 - Aulas de Aperfeiçoamento para utentes maiores de 14 anos
APF. AV. - Aulas de Aperfeiçoamento Avançado para utentes maiores de 14 anos
Natação Livre - Sessões de Natação sem professor abertas ao público em geral