



Uma conquista atrás da outra

## GRADE HORÁRIO NATAÇÃO – HIDROGINÁSTICA

### PERIODO MANHÃ

HORÁRIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
7:00	<b>Treinamento Máster</b> Eliane	<b>Hidroginástica</b> <b>Murilo</b>	<b>Treinamento Máster</b> Eliane	<b>Hidroginástica</b> <b>Murilo</b>	<b>Treinamento Máster</b> Eliane
		<b>Natação Adulto</b> Camila		<b>Natação Adulto</b> Camila	
8:00	<b>Hidroginástica</b> Eliane	<b>Iniciação Costas</b> <b>Touca Vermelha</b> Camila	<b>Hidroginástica</b> Eliane	<b>Iniciação Costas</b> <b>Touca Vermelha</b> Camila	<b>Hidroginástica</b> Eliane
	<b>Iniciação Peito/ Borboleta</b> <b>Touca Verde</b> Murilo	<b>Iniciação Peito/ Borboleta</b> <b>Touca Verde</b> Murilo	<b>Iniciação Peito/ Borboleta</b> <b>Touca Verde</b> Murilo	<b>Iniciação Peito/ Borboleta</b> <b>Touca Verde</b> Murilo	<b>Iniciação Peito/ Borboleta</b> <b>Touca Verde</b> Érika
9:00	<b>Hidroginástica</b> Murilo	<b>Adaptação</b> <b>Touca Azul</b> Camila/ Murilo	<b>Hidroginástica</b> Murilo	<b>Adaptação</b> <b>Touca Azul</b> Camila/ Murilo	<b>Hidroginástica</b> Érika
	<b>Adaptação</b> <b>Touca Azul</b> Érika		<b>Adaptação</b> <b>Touca Azul</b> Érika		
10:00	<b>Natação Infantil</b> <b>Touca Branca (4 e 5 anos)</b> Camila/ Érika	<b>Iniciação Crawl</b> <b>Touca Laranja</b> Camila	<b>Natação Infantil</b> <b>Touca Branca (4 e 5 anos)</b> Camila/ Érika	<b>Iniciação Crawl</b> <b>Touca Laranja</b> Camila	LIVRE
10:30	<b>Natação Infantil</b> <b>Touca Branca (4 e 5 anos)</b> Camila/ Érika	LIVRE	<b>Natação Infantil</b> <b>Touca Branca (4 e 5 anos)</b> Camila/ Érika	LIVRE	LIVRE
11:00	<b>Natação Adulto</b> Érika	<b>Natação Adulto</b> Eliane	<b>Natação Adulto</b> Érika	<b>Natação Adulto</b> Eliane	LIVRE



Uma conquista atrás da outra

## GRADE HORÁRIO NATAÇÃO/HIDROGINÁSTICA TARDE - NOITE

HORÁRIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
14:00	Iniciação Peito/Borboleta Touca Verde Érika	Livre	Iniciação Peito/Borboleta Touca Verde Érika	Livre	Iniciação Peito/Borboleta Touca Verde Érika
15:00	Treinamento Érika	Treinamento Érika	Treinamento Érika	Treinamento Érika	Treinamento Érika
17:15	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Camila/Murilo	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Camila/Murilo	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Camila/Murilo	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Camila/Murilo	Livre
17:45	Iniciação Crawl Touca Laranja Camila	Adaptação Touca Azul Érika	Iniciação Crawl Touca Laranja Camila	Adaptação Touca Azul Érika	Iniciação Crawl Touca Laranja Camila
	Iniciação Costas Touca Vermelha Érika	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Murilo/ Camila	Iniciação Costas Touca Vermelha Érika	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Murilo/ Camila	Iniciação Costas Touca Vermelha Érika
	Iniciação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Murilo		Iniciação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Murilo		
18:30	Treinamento Máster Érika	Natação Adulto Treinamento Máster Camila	Treinamento Máster Érika	Natação Adulto Treinamento Máster Camila	LIVRE
	Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Murilo/ Camila		Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Murilo/ Camila		Natação Infantil Touca Branca (4 e 5 anos) Érika
19:00	Hidroginástica Camila	Livre	Hidroginástica Camila	Livre	Hidroginástica Camila
19:30	Natação Adulto Eliane	Hidroginástica Camila	Natação Adulto Eliane	Hidroginástica Camila	Livre

