

AULAS AGOSTO '20

JUNIORES



2ª FEIRA

16:00	16:45	BEBÉS (24 – 36 meses)	Pisc. Aulas
16:45	17:30	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:30	18:15	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:30	18:15	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas
18:15	19:00	TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
18:15	19:00	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas

3ª FEIRA

16:00	16:45	BEBÉS (24 – 36 meses)	Pisc. Aulas
17:00	17:45	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:15	18:00	FITNESS TEEN (4 – 7 anos)	Estúdio 3
17:15	18:00	DANCE KIDS (6 – 14 anos)	Estúdio 2
17:45	18:30	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:45	18:30	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas
18:00	18:45	FITNESS TEEN (7 – 14 anos)	Estúdio 3
18:30	19:15	TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas

4ª FEIRA

16:00	16:45	RÃS	Pisc. Aulas
16:45	17:30	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:30	18:15	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:30	18:15	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas
18:15	19:00	TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
18:15	19:00	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas

5ª FEIRA

16:00	16:45	BEBÉS (24 – 36 meses)	Pisc. Aulas
17:00	17:45	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:15	18:00	FITNESS TEEN (4 – 7 anos)	Estúdio 3
17:15	18:00	DANCE KIDS (6 – 14 anos)	Estúdio 2
17:45	18:30	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:45	18:30	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas
18:00	18:45	FITNESS TEEN (7 – 14 anos)	Estúdio 3
18:30	19:15	TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas

6ª FEIRA

16:00	16:45	BEBÉS (24 – 36 meses)	Pisc. Aulas
16:45	17:30	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:30	18:15	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
17:30	18:15	GOLFINHOS	Pisc. Aulas
18:15	19:00	TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
18:15	19:00	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas

SÁBADO

09:45	10:30	BEBÉS (24 – 36 meses)	Pisc. Aulas
09:45	10:15	BEBÉS (6 – 24 meses)	Pisc. Aulas
10:30	11:15	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
11:15	12:00	RÃS, TARTARUGAS, FOCAS	Pisc. Aulas
11:15	12:00	GOLFINHOS, TUBARÕES	Pisc. Aulas

DOMINGO

10:00	10:45	RÃS	Pisc. Aulas
10:45	11:30	TARTARUGAS	Pisc. Aulas
11:30	12:15	FOCAS	Pisc. Aulas

FERIADOS DE 2ª A 6ª FEIRA

10:00	10:45	BEBÉS	Pisc. Aulas
10:00	10:45	RÃS, TARTARUGAS	Pisc. Aulas
10:45	11:30	FOCAS, GOLFINHOS,	Pisc. Aulas
10:45	11:30	TUBARÕES	Pisc. Aulas

Modalidades Juniores

NATAÇÃO

Escola de natação com vários níveis, desde a adaptação ao meio aquático até ao aperfeiçoamento dos vários estilos de natação.

RÃS – AMA I – Adaptação ao meio aquático nível 1.

TARTARUGAS – AMA II - Adaptação ao meio aquático nível 2.

FOCAS – APREND. I – Aprendizagem das técnicas de costas e crol.

GOLFINHOS – APREND. II – Aprendizagem das técnicas de braços e mariposa.

TUBARÕES – APERF. – Aperfeiçoamento dos 4 estilos de natação.

FUTEBOL

“A Escolinha do Figo” Integra o projecto “Dream Football”, que tem como principal missão promover a igualdade de oportunidades no futebol para todos aqueles que querem mostrar o seu talento, aprender, ou simplesmente divertir-se através do futebol.