

ESCOLA DE NATACÃO																				
Nível	BÉBES			CRIANÇAS E JOVENS								ADULTOS								
	B I	B II	B III	AMA I	AMA II	N I	N II	N III	N IV	N JUNT	Pré-Comp	AMA AD	APD	APF	Hidro	Hidrodep	Livre	Vida Ativa		
2ª, 4ª e 6ª Feira	16h00												08h00	08h00			das 07h20 às 17h00	08h45		
		16h30	16h30	16h30 6ª									12h45	12h45					09h30	
				17h15	17h15	17h15	17h15	17h15	17h15	17h15	17h15 4ª	17h15	17h15							10h15
				18h00	18h00	18h00	18h00	18h00	18h00	18h00				18h00		18h00				11h00
				18h45	18h45	18h45	18h45	18h45	18h45	18h45				18h45	18h45	18h45				14h00
				19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30					19h30	19h30				14h45
													20h15	20h15	20h15			20h15		
3ª e 5ª Feira				16h30													das 07h20 às 17h00	14h15		
				17h15	17h15	17h15	17h15	17h15	17h15				17h15	17h15					15h00	
				18h00	18h00	18h00	18h00	18h00	18h00					18h00	18h00				15h45	
				18h45	18h45	18h45	18h45	18h45	18h45					18h45	18h45	18h45				
				19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30	19h30					19h30	19h30				
Sábado			10h00	09h15	09h15	09h15	09h15	09h15					09h15	09h15	09h00		das 12h15 às 13h00			
		10h30		10h00	10h00	10h00	10h00	10h00	10h00											
			11h00	10h45	10h45	10h45	10h45	10h45	10h45				10h45	10h45						
		11h30		11h30	11h30	11h30	11h30	11h30	11h30					11h30						
		12h00	12h00	12h15	12h15	12h15	12h15	12h15	12h15	12h15										
Domingo	09h15			09h15	10h00	10h00	10h00						09h15	09h15			das 09h00 às11h45 e das 11h30			
		09h45		10h00	10h00	10h45	10h45	10h45	10h45											
			10h15	10h45	10h45	10h45	10h45	10h45	10h45				10h45	10h45						
		11h30	11h30	11h30	11h30								11h30	11h30						
		12h00	12h00																	

PISCINA MUNICIPAL DE BARCARENA

Telefone: 925 255 940
(chamada fixa para rede móvel nacional)

E-mail: pbarcarena@oeirasviva.pt

Site: www.oeirasviva.pt

NÍVEIS			
B II	Bebés I (dos 6 aos 12 meses)	N IV	Aperfeiçoamento (até aos 15 anos)
B II	Bebés II (dos 12 aos 24 meses)	NJUN	Psicomotricidade em meio Aquático
B III	Bebés III (dos 24 aos 36 meses)	AMA Ad	Ama Adultos
AMA I	Adaptação Meio Aquático I	APD	Aprendizagem Adultos (+15 anos)
AMA II	Adaptação Meio Aquático II	APF	Aperfeiçoamento Adultos (+ 15 anos)
N I	Aprendizagem (Crol + Costas)	A&F	Aqua & Fit/Hidroginástica (+ 15 anos)
N II	Aprendizagem (Bruços)	Livre	Natação Livre
N III	Aprendizagem (Mariposa)	P60+	Hidroginástica Sénior (+ 60 anos)