Estúdio - Piscina Municipal de Outurela/Portela - Horários Época 2025-26

	ESTÚDIO				
	JUDO	**KARATÉ**	**YOGA**	**PILATES CLINICO**	**PÓS-PARTO**
2ª e 4ª				09h15-10h00	
				10h00-10h45	
				17h45-18h30	17h00-17h45
4ª e 6ª					
		18h30-19h15			
3ª e 5ª					
			17h15-18h15		
	18h30-19h15				
	19h15-20h15				
Sábado	actividades / eventos a definir				