Escola de Natação by Oeiras Viva - Piscina Municipal de Outurela/Portela- Horários Época 2025-26

NATAÇÃO

	Bebés			Crianças e Jovens						Adultos			
	B I	B II	B III	AMA I	AMA II	NIVEL 1	NIVEL 2	NIVEL 3	NIVEL 4	AMA Adul.	APD	APF	LIVRE
2ª 4ª 6ª											07h45	07h45	das 08h00 às 15h45 (apenas às 2ªf)
											11h00	11h00	
		16h30**	16h30**								13h00	13h00	
				17h15		17h15	17h15	17h15	17h15				
				18h00	18h00	18h00	18h00	18h00	18h00		17h15	18h00	
				18h45	18h45	18h45	18h45	18h45			18h45	18h45	
				19h30		19h30	19h30	19h30	19h30		19h30		
										20h15	20h15	20h15	
3ª e 5ª				16h30								17h15	das 08h00 às 17h00
		17h45		17h15		17h15	17h15	17h15	17h15				
			18h15	18h00		18h00	18h00	18h00	18h00		18h00		
				18h45	18h45	18h45	18h45	18h45				18h45	
				19h30	19h30	19h30	19h30	19h30				19h30	
										20h15			
Sábado			09h15	09h15		09h15	09h15	09h15	09h15			09h15	das 09h00 às 13h00
		09h45		10h00		10h00	10h00	10h00					
	10h15		10h45	10h45		10h45	10h45	10h45	10h45				
		11h15		11h30		11h30	11h30	11h30			11h30	11h30	
			11h45	12h15		12h15							
		12h15	12h15										
Domingo	09h15			09h15		09h15	09h15	09h15					
		09h45		10h00		10h00	10h00	10h00	10h00		10h00	10h00	
	10h45		10h15	10h45		10h45	10h45	10h45					
		11h15		11h30	11h30		11h30	11h30					
			11h45	12h15		12h15							

	HIDROGINÁSTICA	HIDROTERAPIA	AquaViva 50+	RITMOS DO MUNDO 50+	FOW
2ª 4ª 6ª			09h15		
			10h00		
	17h45		10h45		
	18h30		15h15*		
	19h15		16h00*		20h00
3ª e 5ª	07h45	07h45			
	08h30	08h30			
		09h15			
	13h00	10h00	11h00	10h40 ***	
		10h45			
	17h45		14h15		
			15h00		18h30
	19h15				
	20h00				
Sábado					
	10h00				
					10h45

NÍVEIS NATAÇÃO	
B I	Bebés I (dos 6 aos 12 meses)
B II	Bebés II (dos 13 aos 24 meses)
B III	Bebés III (dos 25 aos 36 meses)
AMA	Adaptação ao Meio Aquático
N 1	Nível 1
N 2	Nível 2
N 3	Nível 3
N 4	Nível 4

*	Só às 2ª e 6ª feiras
**	Só às 6ª feiras
***	Só às 3ª feiras, no Pavilhão C.Q.
PRE-COMP	3ª e 5ª entre as 17h15 e as 18h45

Todos os horários estão sujeitos ao número de vagas existentes

ESCOLA DE NATAÇÃO

OEIRAS VIVA