

| | Horário de Nataç o e Hidrogin stica | | | | | |
|----------------|-------------------------------------|------------------|---------------|------------------|---------------|---------------|
| Horas | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta | S bado |
| 8:00  s 8:45 | hidro | hidro | hidro | hidro | hidro | iniciante |
| 8:45  s 9:30 | | | | | | baby II |
| 9:00  s 9:45 | adulto | adulto | adulto | adulto | adulto | |
| 9:45  s 10:30 | inic/inter I | avançado | inic/inter I | avançado | inic/inter I | |
| 9:30  s 10:15 | | | | | | iniciante |
| 10:15  s 11:00 | | | | | | iniciante |
| 10:30  s 11:15 | baby II | intermedi rio II | baby II | intermedi rio II | baby II | |
| 11:00  s 11:45 | | | | | | intermedi rio |
| 11:15  s 12:00 | adulto | hidro | adulto | hidro | adulto | |
| 11:45  s 12:30 | | | | | | intermediario |
| 12:00  s 12:45 | adulto | adulto | adulto | adulto | adulto | |
| 12:30  s 13:15 | | | | | | avançado |
| 13:15  s 14:00 | | | | | | adulto |
| 13:45  s 14:30 | adulto | | adulto | | adulto | |
| 14:00  s 14:45 | | baby II | | baby II | | |
| 14:30  s 15:15 | avançado | | avançado | | avançado | |
| 14:45  s 15:30 | | intermedi rio I | | intermedi rio I | | |
| 15:15  s 16:00 | avan/inter II | | avan/inter II | | avan/inter II | |
| 15:30  s 16:15 | | iniciante | | iniciante | | |
| 16:15  s 17:00 | hidro | hidro | hidro | hidro | hidro | |
| 17:00  s 17:45 | iniciante | | iniciante | | intermedi rio | |
| 17:15  s 18:00 | | intermedi rio | | intermedi rio | | |
| 17:45  s 18:30 | intermedi rio | | intermedi rio | | baby II | |
| 18:00  s 18:45 | | iniciante | | iniciante | | |
| 18:30  s 19:15 | avançado | | avançado | | intermedi rio | |
| 18:45  s 19:30 | | iniciante | | iniciante | | |
| 19:15  s 20:00 | hidro | | hidro | | hidro | |
| 19:30  s 20:15 | | adulto | | adulto | | |
| 20:00  s 20:45 | adulto | | adulto | | adulto | |
| 20:15  s 21:00 | | hidro | | hidro | | |
| 20:45  s 21:30 | adulto | | adulto | | adulto | |

