PISCINAS MUNICIPAIS DE TONDELA
Programa "Natação Para Todos"
ÉPOCA 2022-2023

	Balneários	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
08:30-10:00			ESCOLA - DE 08:30-09:15	Jardim Infância-Castelões 8:45-9:30	ESCOLA - 8ºE 08:30-09:15		Competição-AEFDT
10:00-10:45	1		J. I.-Caramulo 09:30-10:15		ESCOLA - 8ºE 09:15-10:00		Hidroginastica-4
10:45-11:30	2		Jardim Infância-S.J.Monte 10:15-11:00				
11:30-12:15	1		J. I.- Tourigo 11:00-11:45				
12:15-13:00							
15:00-15:45	2			ESCOLA - DE 15:30-16:15			C Stª Maria-Caparrosinh 14:30-15:10
16:45-17:30	1		Hidroginástica-5(2)	ESCOLA - DE 16:15-17:00	Hidroginástica-5(2)		Vinhal-UF Tondela/Nan 15:10-15:50
17:30-18:15	2	Aquaterapia-1(2)	CNAT-1/2	Bebés-4(1)	Aquaterapia-1(2)	CNAT-1/3	Lageosa Dão 15:50-16:30
18:15-19:00	1	Aquaterapia-2(1)	CNAI-1	Bebés-2(2)	Aquaterapia-3(1)	CNA-1/CNB-1(2)	.Miguel/Sabugosa-Molel 16:30-17:10
19:00-19:45	2	Hidroginástica-6(1)	Competição-AEFDT	Hidroginástica-7(1)	Hidroginastica-3	Hidroginastica-2(1)	?. Gonta-Santiago Besteir 17:10-17:50
19:45-20:30	1	Hidroginástica-1(2)	Competição-AEFDT	Aquapower 1 (1)	Hidroginástica-1(2)	Aquapower 2 (1)	CA Molelos 17:50-18:30
20:30-21:15	2		Natação Livre 20:30-21:30		Natação Livre 20:30-21:30		Ermida-Coelhoso 18:30-19:10 Borralhal-Castelões 19:10-19:50 Columbófila-Tonda 19:50-20:30