



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

Balneários		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
07:15-08:00			COMPETIÇÃO 07:00		COMPETIÇÃO 07:00		
08:30-09:10	1	ESCOLAS	HIDRO 3	ESCOLAS		HIDRO 1	HIDROBIKE
09:30-10:15	2		HIDRO 1	ESCOLAS	HIDRO	HIDRO 4	CNAT 3
10:15-11:00	1	ESCOLAS	VÁRIOS	HIDRO 2	ESCOLAS		CNAT 4
11:00-11h45	2	ESCOLAS		ESCOLAS	VÁRIOS	ESCOLAS	CNAI 3
11h45-12h30	1			ESCOLAS		ESCOLAS	CNAI 4
12h30-13h15	2	ESCOLAS		ESCOLAS		ESCOLAS	CNAT 5
13h15-14h00	1	HIDROBYKE		COMPETIÇÃO		HIDROBYKE	
14h30-15h15	2			COMPETIÇÃO			CNA 5
15h15-16h00	1	COMPETIÇÃO	HIDRO8				BEBES 4
16h00-16h45	2	COMPETIÇÃO	HIDRO 5	NATAÇÃO ESPE.	HIDRO 7	HIDRO 5	BEBES 5
16h45-17h30	1	ADM 1		JOVENS	ADM 1/2	HIDRO 6	CNB 2
17h30-18h15	2	CNAT 1	BEBES 1	CNAT 1	BEBES 2	BEBES 3	CNA 4
18h15-19h00	1	CNAI 1	CNB 1	CNAI 1	CNAI 2	CNAT 2	JOVENS
19h00-19h45	2	CNA 1	CNA 2	CNA 1	CNA 2	CNAT 6 COMPETIÇÃO	ADM5
19h45-20h30	1	ADM 3	ADM6	ADM2	CNC	COMPETIÇÃO	AQUADANCE
20h30-21h15	2	ADM 4	HIDROBYKE	HIDROBYKE	ADM 4	COMPETIÇÃO	AQUADANCE