

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado			
07:00 - 08:30	Muay Thai	Muay Thai	Muay Thai	Muay Thai	Muay Thai				
07:30 - 08:15	Glut/ABS	Alongamento	Glut/ABS	Alongamento	Glut/ABS				
08:15 - 09:00	Spinning	Spinning	Spinning	Spinning	Spinning				
08:20 - 09:05	Ritmos		Ritmos						
08:40 - 10:10		Jiu Jitsu		Jiu Jitsu					
09:10 - 09:50	Fitdance	Fitdance	Fitdance	Fitdance	Fitdance				
09:15 - 10:00	Muay Thai Kids(4 a 06 a.)		Muay Thai Kids(4 a 06 a.)						
10:00 - 10:45	Muay Thai kids(7 a 12anos)	Ballet Kids (7 A 12 ANOS)	Muay Thai kids(7 a 12anos)	Ballet Kids (7 A 12 ANOS)					
10:15 - 11:00		Funcional Kids(4 A 12 ANOS)		Funcional Kids(4 A 12 ANOS)					
10:45 - 11:30		Ballet Kids (4 A 6 ANOS)		Ballet Kids (4 A 6 ANOS)					
15:00 - 15:45		Muay Thai kids (4 a 6 anos)		Muay Thai kids (4 a 6 anos)					
15:45 - 16:30	Funcional Kids(4 A 12 ANOS)		Funcional Kids(4 A 12 ANOS)						
15:50 - 16:35		Muay Thai kids (7 a 12 anos)		Muay Thai kids (7 a 12 anos)					
15:15 - 16:00	Ballet Kids(7 A 12 ANOS)		Ballet Kids(7 A 12 ANOS)						
16:00 - 16:45	Ballet Kids(4 A 6 ANOS)		Ballet Kids(4 A 6 ANOS)						
16:45 - 17:30		Funcional		Funcional					
17:30 - 18:15		Glut/ABS		Glut/ABS					
17:25 - 17:55	Alongamento		Alongamento		Jump				
17:55 - 18:40	Strong		Combat		Holistic				
18:00 - 19:15	Muay Thai		Muay Thai		Muay Thai				
18:00 - 19:30		Muay Thai		Muay Thai					
18:15 - 19:00		Jump		Jump					
18:45 - 19:30	Fitdance		Step Dance		Fitdance				
18:45 - 19:30	Spinning		Spinning		Spinning				
19:00 - 19:45		Fitdance		Fitdance					
19:00 - 19:45		Spinning		Spinning					

19:30 - 21:00	<i>Jiu Jitsu</i>		<i>Jiu Jitsu</i>		<i>Jiu Jitsu</i>			
19:35 - 20:20	<i>Zumba</i>		<i>Zumba</i>		<i>Pump</i>			
20:00 - 20:45		<i>Spinning</i>		<i>Spinning</i>				
20:00 - 20:45		<i>Dança do Ventre</i>						
20:00 - 21:00		Boxe		Boxe				
20:25 - 21:10					<i>Dança do Ventre</i>			
20:45 - 22:15	<i>Dança de Salão</i>		<i>Dança de Salão</i>					
20:50 - 21:35		<i>Fitdance</i>		<i>Fitdance</i>				

AQUÁTICO - PISCINA I

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
06:15 - 07:00	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
07:00 - 07:45	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	
07:45 - 08:30	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
08:30 - 09:15	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	
09:15 - 10:00	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	HIDRO
10:00 - 10:45	HIDRO	<i>Nat Adulto</i>	HIDRO	<i>Nat Adulto</i>	HIDRO	<i>Nat Adulto/Adol</i>
11:00 - 11:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>
11:45 - 12:30		HIDRO		HIDRO		
12:00 - 12:45						<i>Nat Adulto/Adol</i>
13:00 - 13:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>
14:00 - 14:45	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	
15:00 - 15:30	Nat Bebê		Nat Bebê		Nat Bebê	
15:00 - 15:45		<i>Nat adulto</i>		<i>Nat adulto</i>		
16:00 - 16:45	<i>Nat Adulto</i>	HIDRO	<i>Nat Adulto</i>	HIDRO	HIDRO	
17:00 - 17:45	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	
17:45 - 18:30	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	
18:30 - 19:15	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Inf/ Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	
19:15 - 20:00	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	
20:00 - 20:45	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	HIDRO	
21:00 - 21:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
21:45 - 22:30	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	

AQUÁTICO - PISCINA II

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
08:15 - 09:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
09:00 - 09:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
09:15 - 10:00						<i>Nat Inf</i>
09:45 - 10:30	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
10:00 - 10:45						<i>Nat Inf</i>
10:30 - 11:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
11:00 - 11:45						<i>Nat Inf</i>
11:15 - 12:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
12:00 - 12:45						<i>Nat inf</i>
13:00 - 13:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat inf</i>
13:45 - 14:30	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
14:30 - 15:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
15:15 - 16:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
16:15 - 17:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
17:00 - 17:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
17:45 - 18:30	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
18:30 - 19:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
19:15 - 20:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
20:00 - 20:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
21:00 - 21:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	

AQUÁTICO - PISCINA III

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
07:30 - 08:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
08:15 - 09:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
09:00 - 09:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	

09:15 - 10:00						<i>Nat Inf</i>
09:45 - 10:30	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
10:00 - 10:45						<i>Nat Inf</i>
10:30 - 11:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
11:00 - 11:45						<i>Nat Inf</i>
11:15 - 12:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
12:00 - 12:45						<i>Nat inf</i>
13:00 - 13:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat inf</i>
13:45 - 14:30	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
14:30 - 15:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
15:15 - 16:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
16:00 - 16:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>		
16:15 - 17:00					<i>Nat Inf</i>	
16:45 - 17:30	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>		
17:00 - 17:45					<i>Nat inf</i>	
17:30 - 18:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat inf</i>		
17:45 - 18:30					<i>Nat Inf</i>	
18:15 - 19:00	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>		
18:30 - 19:00					<i>Nat inf</i>	
19:00 - 19:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>		
19:15 - 20:00					<i>Nat Inf</i>	
20:00 - 20:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
21:00 - 21:45	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
AQUÁTICO - PISCINA IV						
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
06:15 - 07:00	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
07:00 - 07:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	

07:45 - 08:30	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
08:30 - 09:15	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
09:15 - 10:00	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>
10:00 - 10:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>
10:45 - 11:15	Nat Bebê		Nat Bebê		Nat Bebê	
11:00 - 11:45						<i>Nat Inf</i>
11:15 - 12:00	Nat Inf	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	<i>Nat Inf</i>	
12:00 - 12:45						<i>Nat Inf</i>
13:00 - 13:45	NADO LIVRE	NADO LIVRE	NADO LIVRE	NADO LIVRE	NADO LIVRE	<i>Nat Inf</i>
14:00 - 14:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
15:00 - 15:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
16:00 - 16:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
16:45 - 17:30	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto/Adol</i>	<i>Nat Adulto</i>	
17:30 - 18:15		<i>Nat Inf/Adol</i>		<i>Nat Inf/Adol</i>		
17:45 - 18:15	Nat Bebê		Nat Bebê		Nat Bebê	
18:15 - 19:00	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
19:00 - 19:45	<i>Nat Adulto/Inf.</i>	<i>Nat Adulto/Inf.</i>	<i>Nat Adulto/Inf.</i>	<i>Nat Adulto/Inf.</i>	<i>Nat Adulto/Inf.</i>	
20:00 - 20:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	
21:00 - 21:45	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	<i>Nat Adulto</i>	