ACADEMIA NADARTE

GRADE HORÁRIA
LAGO SUL

NATAÇÃO ADULTO INICIANTE

SEG/QUA	TER/QUI	SEXTA
09:00	-	09:00
17:00	17:00	17:00

NATAÇÃO INFANTIL

SEG/QUA	TER/QUI	SEXTA
10:00	10:00	10:00
-	13:10	-
15:00	15:00	15:00
16:00	16:00	16:00
18:20	18:20	-
SÁBADO	09:10	10:00

NATAÇÃO BEBÊS

TER/QUI	SÁBADO
10:00	09:10
16:00	10:00

NATAÇÃO ADULTO/ADOL.

SEG/QUA/SEX	TER/QUI
07:00	07:00
08:00	08:00
-	09:00
11:10	11:10
12:00	12:00
17:00	17:00
18:00	18:00
19:00	19:00
20:00	20:00
SÁBADO	11:00
	12:00

HIDROPOWER

SEG/QUA/SEX	TER/QUI
09:00	18:00

DANÇA MIX

SEG/QUA/SEX
10:30

PILATES SOLO

TER/QUI
10:00

HIDROGINÁSTICA

SEG/QUA/SEX	TER/QUI
08:00	08:00
-	09:00
	15:00

MOBILIDADE

SEG/QUA/SEX
09:10

MUSCULAÇÃO

SEG Á SEX	06:30 ÀS 21:00
SÁBADO	09:00 ÀS 13:00

CIRCUITO FUNCIONAL

TER/QUI
08:15

SPINNING

SEG/QUA/SEX
08:00
18:30

ALONGAMENTO

SEG/QUA/SEX	TER/QUI
08:30	17:20

HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO

SEGUNDA À SEXTA 06H ÀS 21H
SÁBADO 08H ÀS 12H

NADARTE.COM
ACADEMIANADARTE