

QUADRO DE DISTRIBUIÇÃO DE HORÁRIOS DE ATIVIDADE FÍSICA NA ADUERN

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
05:30 – 06:30		MODALIDADE: Funcional LOCAL: Playground MODALIDADE: Futebol de Areia LOCAL: Campo de areia		MODALIDADE: Funcional LOCAL: Playground MODALIDADE: Futebol de Areia LOCAL: Campo de areia		MODALIDADE: Funcional LOCAL: Playground
06:30 – 07:30		MODALIDADE: Hidroginástica LOCAL: Piscina		MODALIDADE: Hidroginástica LOCAL: Piscina		MODALIDADE: Hidroginástica LOCAL: Piscina
07:30 – 08:30		MODALIDADE: Natação Adulto / ou Infantil LOCAL: Piscina		MODALIDADE: Natação Adulto / ou Infantil LOCAL: Piscina		MODALIDADE: Esportes de areia/ Livre LOCAL: Quadra de Areia
08:30 – 09:30		MODALIDADE: Natação Adulto Ou (Alongamento) LOCAL: Piscina (Salão)		MODALIDADE: Natação Adulto Ou (Alongamento) LOCAL: Piscina (Salão)		MODALIDADE: Natação / Livre LOCAL: Piscina
16:00 – 17:00		MODALIDADE: Natação Infantil LOCAL: Piscina		MODALIDADE: Natação Infantil LOCAL: Piscina		
17:00 – 18:00		MODALIDADE: Hidroginástica 1 LOCAL: Piscina	MODALIDADE: Hidroginástica 1 LOCAL: Piscina	MODALIDADE: Hidroginástica 1 LOCAL: Piscina		
18:00 – 19:00		MODALIDADE: Hidroginástica 2 LOCAL: Piscina	MODALIDADE: Hidroginástica 2 LOCAL: Piscina	MODALIDADE: Hidroginástica 2 LOCAL: Piscina		