



Horários Práticas Desportivas

2012/02

Horários	Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sab
MANHÃ						
07:45 - 08:35	1	17	33	49	65	81
08:35 - 09:25	2	18	34	50	66	82
09:45 - 10:35		Musculação C	35		Musculação C	83
10:35 - 11:25	Alongamento A 4	Musculação D 20	36	Alongamento A 52	Musculação D	84
11:25 - 12:15			37	53		85
TARDE						
13:30 - 14:20	6	22	38	54	70	86
14:20 - 15:10	7	23	39	55	71	87
15:10 - 16:00	8	24	40	56	72	88
16:20 - 17:10	9			57	73	89
17:10 - 18:00	Musculação A Ginástica A	Futebol de Sete Handebol A	Basquete Ginástica A Aeroritmos	Handebol A Musculação A	Aeroritmos Voleibol	90
18:00 - 18:50	Musculação B Ginástica B	Futebol de Sete Handebol B Danças	Alongamento B Basquete Ginástica B	Handebol B Musculação B Danças	Alongamento B Voleibol	91
NOITE						
NÃO SERÃO OFERECIDAS PRÁTICAS DESPORTIVAS À NOITE						