

HORÁRIO DE OCUPAÇÃO/UTILIZAÇÃO					PISCINA MUNICIPAL CRATO 2025/2026						
Horário	Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta		Sábado
08h00 ---- 20h00 Natação Livre - Terças e quintas saída do plano de água - 18h00. Segunda, quarta e sexta a saída do plano de água - 19h30.	ENCERRADA DAS 09h00 às 13H00 Limpeza/Manutenção		Hidro Localizada 1 8h00-08h40	NL	Natação livre		Hidro Localizada 1 8h00-08h40	NL	Natação livre		Horário de abertura atividades Aquáticas 9h30
			Classe A3 08h50-09h30	NL	Natação livre		Classe A3 08h50-09h30	NL	SCM 09h30-11h30	NL	
			Natação livre		Natação livre		Natação livre		Natação livre		Natação livre
			Hidroginástica Sênior 10h30-12h15		Natação livre		Hidroginástica Sênior 10h30-12h15		Natação livre		Natação livre
					Pré-Escola				Hidro Localizada 2 12h00-12h40	NL	Natação livre
	Natação livre		Natação livre		Natação livre		Natação livre		Natação livre		ENCERRADA
	Classe A1 14h10-14h50	NL	Natação livre		Classe A1 14h10-14h50	NL	Natação livre		Natação livre		
	Natação livre		Natação livre		Hidro Localizada 2 15h00-15h40	NL	Natação livre		Natação livre		
	AEC'S	NL	AEC'S	NL	AEC'S Desporto Escolar		AEC'S Desporto Escolar		AEC'S	NL	Natação Livre 5 pistas 16h00 - 19h00
	Natação livre		Natação livre		Natação livre		Natação livre		Natação livre		
	Classe A4 17h15-17h55	NL	Classe A2 17h30-18h10	NL	Classe A4 17h15-17h55	NL	Classe A2 17h30-18h10	NL	Natação livre		
	AquaBike 1 18h15-18h55	NL	HidroPower 1 18h30-19h10		AquaBike 1 18h15-18h55	NL	HidroPower 1 18h30-19h10		Natação livre		
	AquaBike 2 19h15-19h55	NL	HidroPower 2 19h30-20h10		AquaBike 2 19h15-19h55	NL	HidroPower 2 19h30-20h10		Natação livre		

NL = Natação livre

Pré-Escola

AEC'S = Agrup. Escolas do Crato

Classes: A1 a A4 - Ensino Natação Pura (4 estilos de nado)

Hidro Localizada 1 e 2 (Fortalecimento muscular, perda de peso, mobilidade articular)

HidroPower

Hidroginástica Sênior

SCM = Santa Casa Misericórdia do Crato

Aquabike +16 anos

Natação Pura - Ensino dos 4 estilos de nado, saídas e viragens:

Classe A1 (+14 anos) - Adaptação e aperfeiçoamento dos nados.

Classe A2 (+14 anos) - Adaptação e aperfeiçoamento dos nados.

Classe A3 (+14 anos) - Adaptação e aperfeiçoamento dos nados.

Classe A4 (+10 anos) - Adaptação e aperfeiçoamento dos nados.

Aulas de conteúdo Fitness:

Hidro localizada + 16 anos - Fortalecimento muscular com ou sem materiais, perda de peso, mobilidade articular).

Hidroginástica 1 e 2 (+ 16 anos)

AquaBike (+16 anos)

Natação Livre (NL):

Terças e quintas-feiras: Entrada 08h00 e saída do plano de água às 18h00.

Quartas e sextas-feiras: Entrada 08h00 e saída do plano de água às 19h30.

Sábados:

- Abertura no período da manhã - 9h30/13h00.

- Abertura período da tarde - 16h00/19h00.