

## GRADE HORÁRIA NATAÇÃO/HIDROGINÁSTICA

### PERÍODO DA MANHÃ

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
07:00	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Robison	NATAÇÃO ADULTO PROF CAMILA	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Robison	NATAÇÃO ADULTO PROF CAMILA	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Robison
	NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON		NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON		NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON
07:30	HIDROGINÁSTICA PROF Camila		HIDROGINÁSTICA PROF Camila		
08:00	TOUCA VERDE PROF. Robison	TOUCA VERMELHA PROF CAMILA	TOUCA VERDE PROF. Robison	TOUCA VERMELHA PROF CAMILA	TOUCA VERDE PROF. Robison
	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE	
08:30	TOUCA BRANCA PROF Camila		TOUCA BRANCA PROF Camila		
09:00	TOUCA BRANCA PROF Camila	TOUCA LARANJA PROF CAMILA	TOUCA BRANCA PROF Camila	TOUCA LARANJA PROF CAMILA	HIDROGINÁSTICA PROF Eliane
	TOUCA AZUL PROF CAMILA E ROBSON	HIDROGINÁSTICA PROF ELIANE	TOUCA AZUL PROF CAMILA E ROBSON	HIDROGINÁSTICA PROF ELIANE	
10:00	NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON		NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON		
11:00	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Robison	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Eliane	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Robison	TREINAMENTO MÁSTER PROF. Eliane	

08:30	SÁBADO- TREINAMENTO MASTER Prof KAKO				
08:30	SÁBADO- TREINAMENTO EQUIPE Prof ELIANE				

## PERÍODO DA TARDE/ NOITE

HORÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
15:00	INICIAÇÃO Peito/ Borbo TOUCA VERDE E TREINAMENTO Professor KAKO	HIDROGINÁSTICA PROF Camila TREINAMENTO Prof. KAKO	INICIAÇÃO Peito/ Borbo TOUCA VERDE E TREINAMENTO Professor KAKO	HIDROGINÁSTICA PROF Camila TREINAMENTO Prof. KAKO	INICIAÇÃO Peito/ Borbo TOUCA VERDE E TREINAMENTO
	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE	TREINAMENTO - ELIANE
17:15	TOUCA BRANCA PROF CAMILA / ROBSON E KAKO	TOUCA BRANCA PROF CAMILA / ROBSON E KAKO	TOUCA BRANCA PROF CAMILA / ROBSON E KAKO	TOUCA BRANCA PROF CAMILA / ROBSON E KAKO	
17:45	TOUCA LARANJA PROF ROBISON 45 MIN	TOUCA AZUL PROF Kako	TOUCA LARANJA PROF ROBISON 45 MIN	TOUCA AZUL PROF Kako	
	TOUCA VERMELHA PROF KAKO	TOUCA BRANCA PROF CAMILA e ROBISON	TOUCA VERMELHA PROF KAKO	TOUCA BRANCA PROF CAMILA e ROBISON	
	TOUCA AZUL		TOUCA AZUL		
18:00	HIDROGINÁSTICA PROF CAMILA		HIDROGINÁSTICA PROF CAMILA		
18:15		TOUCA BRANCA PROF CAMILA 30 MIN		TOUCA BRANCA PROF CAMILA 30 MIN	
		TOUCA AZUL PROF ROBSON 45 MIN		TOUCA AZUL PROF ROBSON 45 MIN	
18:30	TREINAMENTO MÁSTER PROF KAKO	TREINAMENTO MÁSTER PROF KAKO	TREINAMENTO MÁSTER PROF KAKO	TREINAMENTO MÁSTER PROF KAKO	
	NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON	NATAÇÃO ADULTO PROF ELIANE	NATAÇÃO ADULTO PROF ROBSON	NATAÇÃO ADULTO PROF ELIANE	