

## NATAÇÃO ADULTO INICIANTE

Alunos que **não** sabem nadar **ou sabem nadar sem técnica**  
**A partir 11 anos / Local: Piscina Grande / 45 min**

*Até 7 alunos por professor*

Alunos diretos: Dias e horários FIXOS Alunos Gympass: Agendamento liberado 8 dias antes

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
06:00		INICIANTE		INICIANTE		
06:50	INICIANTE		INICIANTE			
07:40		INICIANTE		INICIANTE		
08:30	INICIANTE		INICIANTE		INICIANTE	INICIANTE
09:20						INICIANTE
10:10						INICIANTE
11:00						INICIANTE
11:50						INICIANTE
12:45						
13:30		INICIANTE		INICIANTE		
14:10	INICIANTE		INICIANTE			
15:05						
16:55					INICIANTE	
17:05		INICIANTE		INICIANTE		
17:55	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	
18:45	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	
19:35	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	
20:25		INICIANTE		INICIANTE		
21:15	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE	INICIANTE		



Consulte os horários das demais atividades:  
 Horários atualizados em 28/03/2025

## NATAÇÃO ADULTO AVANÇADO

Alunos que sabem nadar crawl, costas e peito

**Bônus: 1 aula a mais na sexta (Horário Livre)**

**A partir 6 anos / Local: Piscina Grande / Duração aulas: Cond: 50 min e Livre: 45 min**

*2 alunos adultos por raia ou 3 alunos crianças por raia - 1 professor para até 15 alunos*

Alunos diretos: Dias e horários FIXOS Alunos Gympass: Agendamento liberado 8 dias antes

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SABADO
06:00	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	LIVRE	
06:50	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	LIVRE	
07:40	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO		
08:30		AVANÇADO		AVANÇADO		AVANÇADO
09:20	AVANÇADO		AVANÇADO		LIVRE	
10:10		AVANÇADO		AVANÇADO		AVANÇADO
11:00		AVANÇADO		AVANÇADO		
11:50						AVANÇADO
12:45						AVANÇADO
13:20	AVANÇADO		AVANÇADO			
14:15		AVANÇADO		AVANÇADO		
15:05	AVANÇADO		AVANÇADO		LIVRE	
15:55		AVANÇADO		AVANÇADO		
17:05	AVANÇADO		AVANÇADO			
17:55	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	AVANÇADO	LIVRE	
18:45		AVANÇADO		AVANÇADO		
19:35	AVANÇADO		AVANÇADO			
20:25		AVANÇADO		AVANÇADO	LIVRE	
21:15	AVANÇADO		AVANÇADO			

**LIVRE**

Horários Livres: Vagas Limitadas  
 Reserva pelo app FITI ou Água Vida 24 hs antes do início da aula

**Bônus** aos alunos NATAÇÃO ADULTO AVANÇADO

**Para ter direito à realizar a REPOSIÇÃO DA AULA: O aluno precisará desmarcar pelo aplicativo FITI / ÁGUA VIDA ACADEMIA mínimo 24 hs antes do início da aula**