

HORÁRIO DO COMPLEXO DAS PISCINAS MUNICIPAIS DE MONCHIQUE 2025/2026

Horas	2.ª feira		Horas	3.ª feira		Horas	4.ª feira		Horas	5.ª feira		Horas	6.ª feira		Horas	Sábado								
8h00	Ocupação Escolar		8h00	Ocupação Escolar		8h00	Ocupação Escolar		8h00	Ocupação Escolar		8h00	Ocupação Escolar		8h00	GINÁSIO CARDIO/MUS								
9h00			9h00			9h00			9h00			9h00			9h00									
10h00			10h00			10h00			10h00			10h00			10h00									
11h00			11h00			11h00			11h00			11h00			11h00									
12h00			12h00			12h00			12h00			12h00			12h00									
13h00	13h00	13h00	13h00	13h00	13h00																			
14h00	GINÁSIO DE CARDIO E MUSCULAÇÃO		14h00	GINÁSIO DE CARDIO E MUSCULAÇÃO		14h00	GINÁSIO DE CARDIO E MUSCULAÇÃO		14h00	GINÁSIO DE CARDIO E MUSCULAÇÃO		14h00	GINÁSIO DE CARDIO E MUSCULAÇÃO											
15h00			15h00			15h00			15h00			15h00			15h00									
16h00			16h00			16h00			16h00			16h00			16h00									
17h15			AMA A1 "Polvos"			AMA A3 "Estrela do Mar"			17h00						17h15	AMA A2 "Medusas"		17h00	Ocupação Escolar		17h15			
17h45			AMA B1 "Focas"			AMA B3 "Cavalos-Marinhos"			17h45			APR. A1			17h45	AMA B2 "Orcas"		17h45	APR. A2		17h45			
18h15			AMA C1 "Golfinhos"			AMA C3 "Cachalotes"			17h45			APR. B1			18h15	AMA C2 "Tubarões"		17h45	APR. B2		18h15			
18h45			HIDRO H1						18h30			APR. C1			18h45	HIDRO H2		18h30	APR. C2		18h45	HIDRO H3		
19h30			HIDRO H4						19h15			APR. D1			19h30	HIDRO H5		19h15	APR. D2		19h30			
20h15									20h00						20h30			20h00			20h00			
20h00						21h00			20h00			Adultos T1			21h00		21h00	20h00	Adultos T2	21h00	20h00		21h00	
21h00			21h00					21h00			21h00													

Ocupação Escolar

Aprendizagem Turma A - 12 aos 15 anos - 3.ª feira (APR. A1) e 5.ª feira (APR. A2) das 17h00 às 17h45

Aprendizagem Turma B - 10 aos 11 anos - 3.ª feira (APR. B1) e 5.ª feira (APR. B2) das 17h45 às 18h30

Aprendizagem Turma C - 8 aos 9 anos - 3.ª feira (APR. C1) e 5.ª feira (APR. C2) das 18h30 às 19h15

Aprendizagem Turma D - 6 aos 7 anos - 3.ª feira (APR. D1) e 5.ª feira (APR. D2) das 19h15 às 20h00

Adaptação Meio Aquático A Turma 1 (AMA A1 - "Polvos") - 2 anos e meio (completos) a 3 anos - 2.ª feira das 17h15 às 17h45

Adaptação Meio Aquático A Turma 2 (AMA A2 - "Medusas") - 2 anos e meio (completos) a 3 anos - 4.ª feira das 17h15 às 17h45

Adaptação Meio Aquático A Turma 3 (AMA A3 - "Estrelas do Mar") - 2 anos e meio (completos) a 3 anos - 2.ª feira das 17h15 às 17h45

Adaptação Meio Aquático B Turma 1 (AMA B1 - "Focas") - 4 e 5 anos - 2.ª feira das 17h45 às 18h15

Adaptação Meio Aquático B Turma 2 (AMA B2 - "Orcas") - 4 e 5 anos - 4.ª feira das 17h45 às 18h15

Adaptação Meio Aquático B Turma 3 (AMA B3 - "Cavalos-Marinhos") - 4 e 5 anos - 2.ª feira das 17h45 às 18h15

Adaptação Meio Aquático C Turma 2 (AMA C1 - "Golfinhos") - 5 e 6 anos - 2.ª feira das 18h15 às 18h45

Adaptação Meio Aquático C Turma 2 (AMA C2 - "Tubarões") - 5 e 6 anos - 4.ª feira das 18h15 às 18h45

Adaptação Meio Aquático C Turma 3 (AMA C3 - "Cachalotes") - 5 e 6 anos - 2.ª feira das 18h15 às 18h45

Natação de Adultos - 3.ª feira (Adultos T1) e 5.ª feira (Adultos T2) das 20h00 às 21h00

Hidroginástica - Hidro H1 - 2.ª feira das 18h45 às 19h30 | Hidro H2 - 4.ª feira das 18h45 às 19h30 | Hidro H3 - 6.ª feira das 18h45 às 19h30

Hidro H4 - 2.ª feira das 19h30 às 20h15 | Hidro H5 - 4.ª feira das 19h30 às 20h15

Regime Livre (Natação Livre) - Consultar horários disponíveis para cada mês

GINÁSIO DE CARDIO E MUSCULAÇÃO - 2.ª a 6.ª feira das 8h00 às 21h00 | Sábado das 9h00 às 13h00 | Nota: o horário das 8h00 inicia a partir do mês de outubro

Encerrado aos Domingos e Feriados

