

PISCINA MUNICIPAL

EDIFÍCIO PORTUGAL 2026

MAPA DE ATIVIDADES 06 A 10 ABRIL

SEGUNDA

PISCINA
10H00 HIDROGINÁSTICA
12H00 HIDROBIKE
13H00 AQUAGYM

SALA 01
11H00 LOCALIZADA

SALA 02
11H00 ZUMBA
12H00 PILATES

TERÇA

PISCINA
10H00 HIDROGINÁSTICA
13H00 HIDROGINÁSTICA

SALA 01
12H00 GINÁSTICA
DE MANUTENÇÃO

SALA 02
11H00 ALONGAMENTOS
12H00 PILATES

SALA DE CYCLING
11H00 CYCLING

QUARTA

PISCINA
10H00 HIDROGINÁSTICA
12H00 HIDROBIKE
13H00 AQUAGYM

SALA 01
11H00 GINÁSTICA
DE MANUTENÇÃO
12H00 PUMP

SALA 02
11H00 ZUMBA

QUINTA

PISCINA
10H00 HIDROGINÁSTICA
12H00 HIDROBIKE
13H00 HIDROGINÁSTICA

SALA 02
11H00 ALONGAMENTOS
12H00 PILATES

SALA DE CYCLING
11H00 CYCLING

SEXTA

PISCINA
13H00 HIDROGINÁSTICA

SALA 01
11H00 ZUMBA
12H00 PUMP

SALA 02
11H00 PILATES
12H00 TREINO
FUNCIONAL