

# MAPA DE ATIVIDADES

2026

PISCINA MUNICIPAL // EDIFÍCIO PORTUGAL

**24 DE AGOSTO  
A 28 DE AGOSTO**

## SEGUNDA

### PISCINA

10H00 HIDROGINÁSTICA  
12H00 HIDROBIKE  
13H00 HIDROGINÁSTICA

### SALA 02

11H00 ZUMBA

## TERÇA

### PISCINA

10H00 HIDROGINÁSTICA

### SALA 02

11H00 ALONGAMENTOS

### SALA 01

12H00 GINÁSTICA DE  
MANUTENÇÃO

## QUARTA

### PISCINA

10H00 HIDROGINÁSTICA  
13H00 HIDROGINÁSTICA

### SALA 02

11H00 ZUMBA  
12H00 TREINO FUNCIONAL

## QUINTA

### PISCINA

10H00 HIDROGINÁSTICA  
12H00 HIDROBIKE

### SALA 02

11H00 ALONGAMENTOS

## SEXTA

### PISCINA

10H00 HIDROGINÁSTICA

### SALA 02

11H00 ZUMBA  
12H00 TREINO FUNCIONAL

HORÁRIO: Segunda a sexta-feira: 09h00-21h30  
Sábado: 09h00-13h00 | Apenas regime livre

Tel. 233 423 257  
Restaurante/ Bar / Cafetaria



figueira  
da foz

município  
figueira  
da foz