

HORÁRIOS – ESCOLA de NATAÇÃO do VITÓRIA – 2020-2021

NATAÇÃO ADULTOS

Horário	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira		Sábado		Domingo	
	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PA	PD	PD	PD
9h00 9h45			Nível 0	Nível 1/2					Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2		
9h45 10h30														
10h30 11h15												Nível 1/2		
11h15 12h00													Nível 0	Nível 1/2
16h30 17h15				Nível 1/2						Nível 1/2				
18h00 18h45	Nível 0 PD	Nível 1/2					Nível 0 PD	Nível 1/2						
18h15 19h00				Nível 1/2						Nível 1/2				
18h45 19h30		Nível 1/2			Nível 0	Nível 1/2		Nível 1/2						
19h00 19h45			Nível 0 PD	Nível 1/2					Nível 0 PD	Nível 1/2				
19h30 20h15	Nível 0	Nível 1/2			Nível 0	Nível 1/2	Nível 0	Nível 1/2						
19h45 20h30			Nível 0 PD	Nível 1/2					Nível 0 PD	Nível 1/2				
20h15 21h00	Nível 0	Nível 1/2					Nível 0	Nível 1/2						

ENV Partners:



Horário	Segunda-feira				Terça-feira				Quarta-feira				Quinta-feira				Sexta-feira				Sábado				Domingo																											
	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD	PA	PA	PD	PD																								
9h00 9h45	NATAÇÃO INFANTIL- QUADRO GERAL Obs.: Os alunos serão divididos nas turmas por competências, Nível 3 - Natação Multidisciplinar Competitiva, Crianças com 13 anos podem ser colocadas em Natação Adultos.																									6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																								
9h45 10h30																									4/5A	6-12 NO																										
10h00 10h30																									Bebés c/Acomp. 18-30 meses																				Bebés c/Acomp. 18-30 meses*							
10h15 11h00																															6-12 N1	6-13 N2/3																				
10h30 11h15																									3A	6-12 NO																			4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3				
11h00 11h45																															6-12 N1	6-13 N2/3																				
11h15 12h00																									3A	6-12 NO																			3A							
12h00 12h45																									4/5A	6-12 NO																										
12h15 12h45																									3A																											
12h45 13h15																																																				
16h15 17h00																					4/5A*		6-12 N1	6-13 N2/3																												
16h30 17h15							6-12 N1	6-13 N2/3											6-12 N1	6-13 N2/3																																
17h00 17h45	4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3								4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3										6-12 NO																											
17h15 18h00						6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3	4/5A							3A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																																	
17h45 18h30	4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3								4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																																					
18h00 18h45					3A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3		6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3				3A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																																	
18h30 19h15	3A*	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3									3A*	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																																				
18h45 19h30					3A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3	4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3				3A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																																	
19h15 20h00	3A												3A																																							
19h30 20h15					4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3								4/5A	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																																	



CONTACTOS ENV: 253432570 - 937416278 - piscinas@vitoriasc.pt - f/@escolanatacaovsc
 Escola de Natação com Certificação da Federação Portuguesa de Natação:
 Selo de Qualidade "Portugal a Nadar Seguro" e Selo de Qualidade "FPNCQ19 - Nível 3 – Ouro"



NATAÇÃO BEBÉS COM ACOMPANHANTE

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo
	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA
10h00 10h30						Bebés c/Acomp. 18-30 meses	Bebés c/Acomp. 18-30 meses
12h15 12h45						Bebés c/Acomp. 18-30 meses	
12h45 13h15						Bebés c/Acomp. 4-17 meses	
16H00 16H30							
17H00 17H30					Bebés c/Acomp. 18-30 meses		
17H45 18H15						Bebés c/Acomp. 12-24 meses*	

ENV Partners:



NATAÇÃO INFANTIL 3-5 ANOS

Horário	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira		Sábado		Domingo
	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA	PA
9h45 10h30	Obs.: Os alunos serão divididos nas turmas por competências,											4/5A	
10h30 11h15											3A		4/5A
11h15 12h00											3A	4/5A	3A
12h00 12h45											3A		
16h15 17h00											4/5A*		
17h00 17h45		4/5A					4/5A						
17h15 18h00						4/5A			3A				
17h45 18h30		4/5A						4/5A					
18h00 18h45			3A	4/5A					3A	4/5A			
18h30 19h15	3A*	4/5A					3A*	4/5A					
18h45 19h30			3A	4/5A		4/5A			3A	4/5A			
19h15 20h00	3A							3A					
19h30 20h15				4/5A						4/5A			

NATAÇÃO INFANTIL 6-13 ANOS

Horário	Segunda-feira			Terça-feira			Quarta-feira			Quinta-feira			Sexta-feira			Sábado			Domingo																	
	PA	PD	PD	PA	PD	PD	PA	PD	PD	PA	PD	PD	PA	PD	PD	PA	PD	PD	PA	PD	PD															
9H00 9H45	Obs.: Nível 3 - Natação Multidisciplinar Competitiva, Crianças com 13 anos podem ser colocadas em Natação Adultos.															6-12 NO	6-12 N1	6-12 N2/3																		
9h45 10h30																6-12 NO																				
10h15 11h00																															6-12 N1	6-12 N2/3				
10h30 11h15																															6-12 NO			6-12 NO	6-12 N1	6-12 N2/3
11h00 11h45																																6-12 N1	6-12 N2/3			
11h15 12h00																																				
16h15 17h00																																			6-12 N1	6-13 N2/3
16h30 17h15					6-12 N1	6-13 N2/3											6-12 N1	6-13 N2/3																		
17h00 17h45	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3							6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3							6-12 NO																	
17h15 18h00				6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3							6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																					
17h45 18h30	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3							6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																								
18h00 18h45				6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3				6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																					
18h30 19h15	6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3							6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																								
18h45 19h30				6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3	6-12 NO	6-12 N1	6-12 N1/2				6-12 NO	6-12 N1	6-12 N2/3																					
19h30 20h15				6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3							6-12 NO	6-12 N1	6-13 N2/3																					

ENV Partners:





CONTACTOS ENV: 253432570 - 937416278 - piscinas@vitoriasc.pt - f/@escolanatacaovsc
Escola de Natação com Certificação da Federação Portuguesa de Natação:
Selo de Qualidade "Portugal a Nadar Seguro" e Selo de Qualidade "FPNCQ19 - Nível 3 – Ouro"



AQUAFITNESS

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
7h45 8h30	HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)		HIDROGINÁSTICA (PD)	HIDROGINÁSTICA (PD)	
9h00 9h45	HIDROGINÁSTICA (PA)*	HIDROGINÁSTICA (PD)		HIDROGINÁSTICA (PA)	HIDROGINÁSTICA (PD)*	
9h45 10h30						
10h30 11h15						HIDROGINÁSTICA (PA)
12h30 13h15	HIDROGINÁSTICA (PD)			HIDROGINÁSTICA (PD)		
17h00 17h45						HIDROGIN�STICA (PD)
17h15 18h00	HIDROGIN�STICA (PD)			HIDROGIN�STICA (PD)		
18h00 18h45	HIDROGIN�STICA (PD)*			HIDROGIN�STICA (PD)*		
18h15 19h00		HIDROGIN�STICA (PD)			HIDROGIN�STICA (PD)	
18h45 19h30	HIDROGIN�STICA (PD)			HIDROGIN�STICA (PD)		
19h00 19h45		HIDROGIN�STICA (PD)			HIDROGIN�STICA (PD)	
19h30 20h15	HIDROGIN�STICA (PA)			HIDROGIN�STICA (PA)		
20h15 21h00	HIDROGIN�STICA (PA)		HIDROGIN�STICA (PA)	HIDROGIN�STICA (PA)		

ENV Partners:



HIDROSÉNIOR

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
9h00 9h45			HIDROSÉNIOR (PA)		
9h45 10h30			HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)
10h30 11h15	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)
11h15 12h00	HIDROSÉNIOR (PA)*	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)*	HIDROSÉNIOR (PA)
14h45 15h30	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)
15h30 16h15	HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)		HIDROSÉNIOR (PA)	HIDROSÉNIOR (PA)

HIDROTERAPIA

Horário	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
11h15 12h00	HIDROTERAPIA (PA)*		HIDROTERAPIA (PA)*		
14h00 14h45	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)	HIDROTERAPIA (PA)

PERSONAL TRAINER (PT)

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Domingo
7h30 9h00	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	
8h00 13h00							DISPONÍVEL (PA/PD)
9h00 18h00	DISPONÍVEL (PD)	DISPONÍVEL (PD)	DISPONÍVEL (PD)	DISPONÍVEL (PD)	DISPONÍVEL (PD)		
13h30 19h00						DISPONÍVEL (PA/PD)	
21h00 22h00	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)	DISPONÍVEL (PA/PD)		

Observações: PD– Piscina Desportiva; PA – Piscina de Aprendizagem; "*" –Abertura da aula sujeita ao número mínimo de inscrições.

BANHOS LIVRES

Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Domingo
7h30 18h00	DISPONÍVEL	DISPONÍVEL		DISPONÍVEL	DISPONÍVEL		
7h30 18h30			DISPONÍVEL				
7h30 19h00						DISPONÍVEL	
8h00 13h00							DISPONÍVEL
19h30 22h00	DISPONÍVEL		DISPONÍVEL	DISPONÍVEL			
20h15 22h00		DISPONÍVEL			DISPONÍVEL		

Observações: Durante o decorrer de aulas na Piscina de Aprendizagem, os Banhos Livres na Piscina de Aprendizagem estarão encerrados.

Os Banhos Livres requerem marcação prévia

ENV Partners:





ESCOLA DE NATAÇÃO DO VITÓRIA			
NATAÇÃO INFANTIL			
	Sócio	Não Sócio	OBS.
Bebês c/ Acompanhante			
Uma aula	20,40 €	26,50 €	30 min.
Crianças 2,5 - 5 anos			
Uma aula	18,15 €	24,20 €	45 min.
Duas aulas	27,35 €	34,40 €	
Crianças 6 - 12 anos			
Uma aula	17,95 €	24,25 €	45 min.
Duas aulas	25,95 €	31,30 €	
Três aulas	30,40 €	38,45 €	
Quatro aulas	37,55 €	43,60 €	
NATAÇÃO ADULTOS			
Uma aula	21,60 €	27,65 €	45 min.
Duas aulas	29,45 €	35,30 €	
Três aulas	34,20 €	43,95 €	
Quatro aulas	39,80 €	49,15 €	
HIDROGINÁSTICA			
Uma aula	22,40 €	28,45 €	45 min.
Duas aulas	31,20 €	38,55 €	
LIVRE	40,55 €	45,80 €	
HIDROSÉNIOR			
Parte da Manhã			
Uma Aula	11,90 €	16,45 €	45 min.
Duas Aulas	16,15 €	20,50 €	
LIVRE	22,35 €	26,00 €	
Parte da Tarde			
Uma Aula	12,50 €	18,00 €	45 min.
Duas Aulas	18,60 €	24,00 €	
LIVRE	23,90 €	30,10 €	

ESCOLA DE NATAÇÃO DO VITÓRIA			
HIDROTERAPIA			
	Sócio	Não Sócio	OBS.
Uma Aula	22,85 €	29,10 €	45 min.
Duas Aulas	32,05 €	39,30 €	
Três Aulas	40,50 €	45,55 €	
Quatro Aulas	45,75 €	51,75 €	
PERSONAL TRAINER			
Preço sob consulta			
DESCONTOS PACK FAMILIA			
10% no segundo familiar			
15% no terceiro familiar			
BANHOS LIVRES			
Adultos	2,90 €	3,95 €	90 min.
Crianças	1,85 €	2,95 €	
Reformados	2,50 €		
DESCONTOS DE CARREGAMENTOS DE CARTÃO			
10% em carregamentos a partir dos 20€ aos 40€			
20% em carregamentos a partir dos 50€			
PAGAMENTOS DIVERSOS			
Inscrição	20 €	Cartão Sócio ENV	20 €
Reinscrição	16 €	Atraso Pagamento	2 €
Renovação	12 €	Cartão 2ª Via	2 €

ENV Partners:

