

SPORTING CLUBE DE ESPINHO – SECÇÃO DE NATAÇÃO | HORÁRIOS DE TREINO | ÉPOCA 2019/2020

TIGRES 1

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
Treino de Água	18h40 – 19h40				18h40 – 19h40	

TIGRES 2

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
Treino de Água		19h10 – 20h10		19h10 – 20h10		11h00 – 12h00

CADETES

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
Treino de Água	19h30 – 21h00		19h30 – 21h00		19h30 – 21h00	11h00 – 12h00

INFANTIS | JUVENIS | ABSOLUTOS

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
Ginásio (Academia)			19h00 – 20h00 (Infantis A Juvenis ABS)			
Ginásio (Piscina)		19h30 – 20h00	19h50 – 20h20 (Infantis B)			
Treino de Água	19h50 – 21h45	20h00 – 21h50	20h20 – 22h00	20h00 – 21h50	19h50 – 21h45	11h45 – 13h30

ARTÍSTICA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
Ginásio (Academia)			19h00 – 20h00			
Treino de Água		19h30 – 21h00		19h30 – 21h00		11h00 – 14h00

Os horários estão sujeitos a alterações.