

PISCINA MUNICIPAL DA CHARNECA DE CAPARICA

ATIVIDADES AQUÁTICAS E FITNESS

DE 1 A 14 DE AGOSTO DE 2025 (ENCERRA SÁBADO E DOMINGO)

2.ª, 4.ª e 6.ª feira		3.ª e 5.ª feira		2.ª a 6.ª feira
8H10	NATAÇÃO +15 APRENDIZAGEM (APZ) NATAÇÃO +15 APERFEIÇOAMENTO (APF) PILATES	8H10	NATAÇÃO +15 APRENDIZAGEM (APZ) NATAÇÃO +15 APERFEIÇOAMENTO (APF)	
9H00	NATAÇÃO +15 (APZ / APF) LOCALIZADA	9H00	NATAÇÃO +15 (APZ / APF)	
10H00	NATAÇÃO 6/9 ANOS NATAÇÃO 7/14 ANOS	10H00	NATAÇÃO 6/9 ANOS NATAÇÃO 7/14 ANOS	
11H00	BEBÉS 4/5 ANOS NATAÇÃO +15 (APZ)	11H00	BEBÉS 4/5 ANOS NATAÇÃO +15 (APZ)	
12H30	NATAÇÃO +15 (APZ) PILATES	12H30	NATAÇÃO +15 (APZ) PILATES	
14H00	NATAÇÃO ADULTOS (APZ) NATAÇÃO 7/14 ANOS	14H00	NATAÇÃO ADULTOS (APZ) NATAÇÃO 7/14 ANOS	
16H00	UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	16H00	UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	
17H00	UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	17H00	UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	
18H00	UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	18H00	ABS / Aalongamentos UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	
19H00	UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR	19H00	PILATES	
				8H10 - 20H00
				NATAÇÃO UTILIZAÇÃO LIVRE (SAÍDA DAS INSTALAÇÕES ATÉ ÀS 20H)

- A UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR PODE SOFRER ALTERAÇÕES NA DISPONIBILIDADE MEDIANTE O MAPA DE AULAS;
- PARA AS AULAS DE GINÁSIO É OBRIGATÓRIO O USO DE TOALHA.

UTILIZAÇÃO LIVRE FAMILIAR E NATAÇÃO LIVRE

Durante o período de funcionamento e **LIMITADO AO ESPAÇO EXISTENTE** (disponibilidade sob consulta)
Prática de **NATAÇÃO LIVRE** sujeita a teste de aptidão de nado autónomo (idade igual ou + 15 anos)

INFORMAÇÕES GERAIS

REGRAS DE FUNCIONAMENTO

- Inscrição no programa Extra Agosto nas secretarias
- Carregamento do cartão
- Preço por qualquer utilização - 1,62 €
- Flexibilidade total de atividades
- Limitadas às vagas existentes
- Seguro desportivo anual em dia

HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO

2.ª feira a 6.ª feira 8h00-20h00
Sábado e Domingo: Piscina encerrada

Cartão de Utente 3,06 €

Seguro Desportivo Anual 8,24 €