

Horário Hidroginástica | 16ª Edição (2025/2026)

Horas	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
09h00 - 09h45					
10h00 - 10h45					
11h00 - 11h45		Hidro Sênior 9 (Piscina T1) 10h50 às 11h35	Hidro Sênior 2 (Piscina T1)	Hidro Sênior 9 (Piscina T1) 10h50 às 11h35	Hidro Sênior 2 (Piscina T1)
11h45 - 12h30		Hidro Sênior 8 (Piscina T2)		Hidro Sênior 8 (Piscina T2)	
12h00 - 12h45	Hidro Sênior 1 (Piscina T2)		Hidro Sênior 1 (Piscina T2)		Hidro Sênior 6 (Piscina T2)
14h15 - 15h00		Hidro Sênior 10 (Piscina T2)			Hidro Sênior 10 (Piscina T2)
16h00 - 16h45	Hidro Sênior 3 (Piscina T2)	Hidro Sênior 5 (Piscina T2)		Hidro Sênior 3 (Piscina T2)	
17h00 - 17h45	Hidro Sênior 4 (Piscina T2)	Hidro Sênior 7 (Piscina T2) 16h50- 17h30	Hidro Sênior 4 (Piscina T2)	Hidro Sênior 7 (Piscina T2) 16h50- 17h30	Hidro Sênior 5 (Piscina T2)

Piscina T1 (2m de profundidade) / Piscina T2 (1,30m de profundidade)