

PISCINA MUNICIPAL DE SANTA CLARA



ÉPOCA 2019-2020



HORÁRIOS ATIVIDADES - SALA DE DESPORTO

ACTIVIDADE	IDADES	PERÍODO	DIAS / HORÁRIOS			
			2ª/4ª/6ª	3ª/5ª	Sábado	Domingo
GINÁSTICA SÉNIOR	> de 59 anos	MANHÃS		10h10		
CROSSFIT	13/59 anos	TARDES		3ªF - 19h45		
LOCALIZADA	13/59 anos	TARDES	4ªF - 19h45	5ªF - 19h45		
GAP	13/59 anos	TARDES	2ªF - 19h45			
ZUMBA	13/59 anos	TARDES	2ªF - 19h00	3ª/5ªF - 19h00		
Karate	> de 5 anos	MANHÃS			10h00	10h00
		TARDES			11h00	11h00



Atividades da JFSC



Atividades Concessionadas



GAP
Glúteos, Abdominais
e Pernas



Ginástica localizada