

# ACTIVIDADES ACUÁTICAS NAVIA

# mais auga

# XANEIRO 2022

LUNS			MARTES			MÉRCORES			XOVES			VENRES			SÁBADO		
horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.	horario	actividade	min.
10:00	AQUAGYM	45'	08:45	ACT. AC. FUNCIONAL PROGRESA VG TURN.	45'	10:15	ZUMBA-AUGA	45'	08:45	PROGRESA VG	45'	09:15	aquaflash BIKE / TRAINING	60'	09:30	DESCUBRE BEBÉS	45'
10:45	aquaflash BIKE / TRAINING	60'	09:30	A.F. AUGA DESCUBRE	45'	11:00	PROGRESA VG TURN.	45'	09:30	A.F. AUGA DESCUBRE	45'	09:30	ACT. AC. FUNCIONAL	45'	10:00	BEBÉS	30'
11:45	ZUMBA-AUGA	45'	10:15	AQUAGYM PERFECCIONA TURN.	45'	11:45	aquaflash BIKE	60'	10:15	AQUAGYM PERFECCIONA	45'	10:15	AQUAGYM EMBARAZAUGA	45'	10:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'
12:30	A.F. AUGA	45'	11:00	ACT. AC. FUNCIONAL aquaflash POLE	60'	12:30	A.F. AUGA	45'	11:00	BEBÉS aquaflash POLE	60'	11:00	aquaflash COMBAT	60'	10:30	BEBÉS	30'
16:30	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11	45'	11:45	EMBARAZAUGA	45'	16:30	BEBÉS MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11	30'	11:45	ACT. AC FUNCIONAL	45'	16:30	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	11:00	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'
16:45	BEBÉS	30'	14:30	NATACIÓN ÉLITE	60'	17:00	BEBÉS	30'	14:30	NATACIÓN ÉLITE	60'	17:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	11:45	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'
17:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	16:30	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	17:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	16:30	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11	45'	17:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	11:45	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'
17:30	BEBÉS	30'	17:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 CACHALOTE	45'	17:30	BEBÉS	30'	17:15	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	18:00	BEBÉS MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	30'	12:30	BEBÉS MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	30'
18:00	TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	45'	17:30	BEBÉS	30'	18:00	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	45'	18:00	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO	45'	18:00	BEBÉS MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	30'	13:15	CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11	45'
18:45	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	45'	18:00	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	45'	18:45	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE	45'	18:45	BEBÉS TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO GOLFIÑO	30'	18:30	BEBÉS	30'	19:00	BEBÉS	30'
19:00	BEBÉS	30'	18:45	BEBÉS MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE / GOLF.	45'	19:00	BEBÉS	30'	18:45	BEBÉS TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO GOLFIÑO	30'	18:45	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 XURELO CACHALOTE GOLFIÑO	45'	19:30	MIÑOCA TARTARUGA 4-6 CALAMAR 4-6 CALAMAR 7-11 aquaflash BIKE	45'
19:30	aquaflash POLE	45'	19:30	EMBARAZAUGA AQUAPILATES PROGRESA PERFECCIONA	45'	19:30	aquaflash BIKE / TRAINING	60'	19:30	PROGRESA VG TURN. PERFECCIONA	45'	19:30	PROGRESA VG TURN. PERFECCIONA	45'	20:15	AQUAGYM	45'
19:30	ACT. A. FUNCIONAL	45'	20:15	PROGR. / PERFECC.	45'	20:15	MÁSTER	45'	20:15	PROGRESA VG PERFECCIONA	45'	20:15	PROGRESA VG PERFECCIONA AQUAGYM NATACIÓN ÉLITE	45'	20:15	AQUAGYM	45'
20:15	aquaflash COMBAT	45'	21:00	AQUAGYM PERFECC. / MÁSTER	45'	20:30	aquaflash POLE	60'	20:15	PROGRESA VG PERFECCIONA	45'	21:00	PERFECC. / MÁSTER	45'	20:15	AQUAGYM	45'
21:00	DESCUBRE PROGRESA VG	45'				21:00	DESCUBRE TURNOS PROGRESA VG	45'									

- Actividades especiais de balde
- Actividades de balde
- Actividades de pagamento

DOMINGO		
horario	actividade	min.
10:15	MIÑOCA	45'
11:00	TARTARUGA	45'
11:45	BEBÉS	30'
12:15	BEBÉS	30'