

| PLANEAMENTO ANUAL - CLUBE DO MOVIMENTO - Hidroginástica - ÉPOCA 2016/2017 | | | | |
|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Piscina Municipal de Odivelas | | | | |
| 2.ª feira | 3.ª feira | 4.ª feira | 5.ª feira | 6.ª feira |
| Horário | Horário | Horário | Horário | Horário |
| | | 8h30 - 09h15 (30D) Prof./a: Bruno Fonseca | | 8h30 - 09h15 (30D) Prof./a: Bruno Fonseca |
| | | 9h15 - 10h00 (30D) Prof./a: Teresa Loios | 9h15 - 10h00 (30D) Prof./a: Bruno Fonseca | 9h15 - 10h00 (30D) Prof./a: Teresa Loios |
| 10h00 - 10h45 (30D) Prof./a: Vanessa Raposo | | | | |
| | 10h45 - 11h30 (20T) Prof./a: Bruno Fonseca | | | |
| 10h45 - 11h30 (30D+30D) Prof./a: Joana Simões Prof./a: Márcia Marques | 10h45 - 11h30 (30D) Prof./a: Mário Domingues | | | |
| 11h30 - 12h15 (30D) Prof./a: Vanessa Raposo | | 11h30 - 12h15 (30D + 30D) Prof./a: Alexandre Valente Prof./a: Vanessa Raposo | 11h30 - 12h15 (30D) Prof./a: Alexandre Valente | 11h30 - 12h15 (30D) Prof./a: Vanessa Raposo |
| | | 12h15 - 13h (30D) Prof./a: Vanessa Raposo | | 12h15 - 13h00 (20T) Prof./a: Alexandre Valente |
| | 12h15 - 13h00 (30D) Prof./a: Mário Domingues | | 12h15 - 13h00 (30D) Prof./a: Mário Domingues | 12h15 - 13h00 (30D + 30D) Prof./a: Bruno Fonseca Prof./a: Vanessa Raposo |
| | 13h45 - 14h30 (30D) Prof./a: Alexandra Batata | | | |
| 15h00 - 15h45 (20T) Prof./a: Marlene Ferreira | 15h00 - 15h45 (20T) Prof./a: Teresa Loios | 15h00 - 15h45 (18T) Prof./a: Cátia Cruz | 15h00 - 15h45 (20T) Prof./a: Teresa Loios | 15h00 - 15h45 (18T) Prof./a: Mário Domingues |
| 15h00 - 15h45 (30D) Prof./a: Cátia Cruz | 15h00 - 15h45 (30D) Prof./a: Alexandra Batata | 15h00 - 15h45 (30D) Prof./a: Marlene Ferreira | 15h00 - 15h45 (30D) Prof./a: Alexandra Batata | 15h00 - 15h45 (30D) Prof./a: Marlene Ferreira |
| 15h45 - 16h30 (20T) Prof./a: Mário Domingues | 15h45 - 16h30 (20T) Prof./a: Alexandra Batata | | 15h45 - 16h30 (20T) Prof./a: Alexandra Batata | |
| 15h45 - 16h30 (30D) Prof./a: Cátia Cruz | 15h45 - 16h30 (30D) Prof./a: Teresa Loios | | 15h45 - 16h30 (30D) Prof./a: Teresa Loios | |
| | | 16h30 - 17h15 (30D) Prof./a: Cátia Carvalho | | |

T - Tanque

D - Desportiva