Época Desportiva 26/27

Horários Atividades Terapêuticas

Indíce

Loures.....3

Portela.....4

St.º António dos Cavaleiros.....5

St.ª Iria de Azóia.....6

Loures

Época 26/27 | Hidroterapia

2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom
08:00	08:00	08:00	08:00	08:00		
08:50	08:50	08:50	08:50	08:50		
09:40	09:40	09:40	09:40	09:40		
10:30	10:30	10:30	10:30	10:30		
11:25	11:25	11:25	11:25	11:25		
12:15	12:15	12:15	12:15	12:15		
17:15		17:15		17:15		
18:05		18:05		18:05		
18:55		18:55		18:55		

Portela

Época 26/27 | Hidroterapia e Postura e Movimento

2ª e 4ª

07:30 Hidroterapia	**08:20** Hidroterapia	**09:10** Postura e Movimento
10:00 Postura e Movimento	**10:50** Postura e Movimento	**11:05** Hidroterapia
11:50 Hidroterapia	**11:50** Postura e Movimento	**12:40** Hidroterapia
17:30 Postura e Movimento	**18:30** Postura e Movimento	**19:20** Postura e Movimento

3ª e 5ª

08:20 Hidroterapia	**09:15** Postura e Movimento
10:10 Postura e Movimento	**11:00** Postura e Movimento
12:00 Hidroterapia	**12:50** Hidroterapia

6ª

07:30 Hidroterapia	**08:20** Hidroterapia
10:00 Postura e Movimento	**10:50** Postura e Movimento
11:05 Hidroterapia	**11:50** Hidroterapia
12:40 Hidroterapia	

St.° António dos Cavaleiros

Época 26/27 | Hidroterapia

2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom
12:45	07:30	12:45	07:30	12:45		
13:35	12:45	13:35	12:45	13:35		
	13:35		13:35			

Stª Iria de Azóia

Época 26/27 | Hidroterapia e Postura e Movimento

2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	Sáb	Dom
11:15 Postura e Movimento	**08:15** Hidroterapia	**11:15** Postura e Movimento	**08:15** Hidroterapia	**11:15** Hidroterapia		
12:10 Hidroterapia	**09:00** Hidroterapia	**12:10** Hidroterapia	**09:00** Hidroterapia	**12:10** Hidroterapia		
12:55 Hidroterapia	**10:00** Postura e Movimento	**12:55** Hidroterapia	**10:00** Postura e Movimento	**12:55** Hidroterapia		
	12:15 Hidroterapia		**12:15** Hidroterapia			