



# HIDROGINÁSTICA



*Academia Manoel dos Santos*  
Natação & Fitness

| HORÁRIO       | DIA / SEMANA | PROFESSOR (A) |
|---------------|--------------|---------------|
| 07:45 / 08:30 | 2ª / 4ª / 6ª | Sthefanie     |
| 09:15 / 10:00 | 2ª / 4ª      | Luciano       |
| 12:15 / 13:00 | 2ª / 4ª      | Rodrigo       |
| 14:15 / 15:00 | 2ª / 4ª      | Brunno        |
| 18:30 / 19:15 | 2ª / 4ª      | Rodrigo       |
| 07:45 / 08:30 | 3ª / 5ª      | Rodrigo       |
| 09:15 / 10:00 | 3ª / 5ª      | Rodrigo       |
| 19:30 / 20:15 | 3ª / 5ª      | Brunno        |
| 12:15 / 13:00 | 6ª           | Brunno        |
| 14:15 / 15:00 | 6ª           | Brunno        |
| 18:30 / 19:15 | 6ª           | Brunno        |
| 09:00 / 12:00 | Sábado       |               |