

# ESCOLA DE NATAÇÃO - ADULTOS

## HORÁRIOS A PARTIR DE SETEMBRO 2026

| POLO AQUÁTICO (Adultos)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                  |                            |       |                            |             |             |        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-------|----------------------------|-------------|-------------|--------|
| Aulas de 1h15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                  |                            |       |                            |             |             |        |
| ADULTOS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Nome Classe                                                                                                                                      | 2ª                         | 3ª    | 4ª                         | 5ª          | 6ª          | Sábado |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Acesso a todas as aulas de Polo Aquático<br>+ Sala de Exercício Complexo de Piscinas + Utilização Livre de Piscina, <u>em regime Happy Hour*</u> |                            |       |                            |             |             |        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Polo Aquático</b>                                                                                                                             | 13:15/14:30<br>20:30/21:45 | ----- | 13:15/14:30<br>20:30/21:45 | 20:30/21:45 | 13:15/14:30 | -----  |
| <p><b>Nota 1:</b> O EULisboa reserva-se ao direito de alterar, abrir e fechar horários em função da taxa de ocupação por classe.</p> <p><b>Nota 2:</b> Todos os novos utentes necessitam de realizar um teste para poderem ingressar nas aulas de polo aquático adultos. A Escola de Natação do EULisboa não tem competição.</p> <p>*Happy Hour – 2ª feira a 6ª feira das 6h30 às 17h30 e sábado das 7h30 às 12h30</p> |                                                                                                                                                  |                            |       |                            |             |             |        |

### Questões de higiene e segurança.

- Cada aula tem um balneário próprio para utilização. A cor da aula/nível representa o balneário que o utente é obrigado a utilizar.
- Obrigatório uso de touca de natação, fato de banho de licra e chinelos.
- Obrigatório tomar duche antes de entrar na piscina.

Balneário grande da Piscina de 50 metros