



AMÉRICA  
CARATINGA

HORÁRIO DE  
FUNCIONAMENTO  
PISCINA TÉRMICA

Terça à Sexta

07:00 às 10:30 h

15:00 às 20:00 h

Sábado

08:00 às 11:00 h

Domingo e feriado

FECHADO

- *Para se inscrever nas aulas , o associado deverá apresentar atestado médico **apto a praticar atividade física.***

**PISCINA TÉRMICA**



AMÉRICA  
CARATINGA

## ATIVIDADES NA PISCINA TÉRMICA

Prof: Raniele

**Obrigatório se inscrever nas atividades.**

**Local de inscrição: PISCINA TÉRMICA.**

### TERÇA E QUINTA MANHÃ

HORÁRIO	ATIVIDADE	IDADE	NÍVEL
07:00 às 07:50 h	HIDROGINÁSTICA	A partir de 16 anos	Avançado
08:00 às 08:40 h	NATAÇÃO	A partir de 16 anos / adulto	Iniciante
09:00 às 09:40 h	NATAÇÃO	Crianças de 09 á 12 anos	Intermediário

### TARDE / NOITE

HORÁRIO	ATIVIDADE	IDADE	NÍVEL
15:00 às 15:40 h	NATAÇÃO	Infantil / 07 á 10 anos	Iniciante / Interm.
16:00 às 16:50 h	HIDROGINÁSTICA	Adulto / a partir 16 anos	-----
17:10 às 17:50 h	NATAÇÃO	Adulto / a partir 16 anos	Iniciante
18:10 às 19:00 h	HIDROGINÁSTICA	Adulto / a partir 16 anos	-----

- *No ato de sua inscrição o associado deverá apresentar atestado médico **apto a praticar atividade física.***



**AMÉRICA  
CARATINGA**

## ATIVIDADES NA PISCINA TÉRMICA

**Prof: Raniele**

***Obrigatório se inscrever nas atividades.***

**Local de inscrição: PISCINA TÉRMICA.**

### QUARTA E SEXTA MANHÃ

HORÁRIO	ATIVIDADE	IDADE	NÍVEL
07:00 às 07:50 h	HIDROGINÁSTICA	A partir de 16 anos	-----
08:00 às 08:40 h	NATAÇÃO	Crianças de 06 á 08 anos	Iniciante / Interm.
09:00 às 09:30 h	NATAÇÃO	Crianças de 02 á 05 anos	C/ acompanhante
09:30 às 10:00 h	NATAÇÃO	Crianças de 02 á 05 anos	C/ acompanhante

### TARDE / NOITE

HORÁRIO	ATIVIDADE	IDADE	NÍVEL
15:00 às 15:30 h	NATAÇÃO	Crianças de 02 à 05 anos	C/ acompanhante
16:00 às 16:40 h	NATAÇÃO	Crianças de 10 à 15 anos	Interm / Avançado
17:15 às 17:45 h	NATAÇÃO	Crianças de 09 à 12 anos	Interm / Avançado
17:50 às 18:20 h	NATAÇÃO	Crianças de 02 à 05 anos	Iniciante
18:20 às 18:50 h	NATAÇÃO	Crianças de 06 à 08 anos	Interm / Avançado
18:50 às 19:20 h	NATAÇÃO	Crianças de 08 à 10 anos	Interm / Avançado

- *No ato de sua inscrição o associado deverá apresentar atestado médico **apto a praticar atividade física.***



AMÉRICA  
CARATINGA

## ATIVIDADES NA PISCINA TÉRMICA

Prof: Filipe Moura

*Obrigatório se inscrever nas atividades.*

Local de inscrição: PISCINA TÉRMICA.

## SÁBADO MANHÃ

HORÁRIO	ATIVIDADE	IDADE	NÍVEL
08:00 às 08:50 h	NATAÇÃO	Crianças de 02 à 05 anos	C/ acompanhante
09:00 às 09:50 h	NATAÇÃO	Crianças de 06 á 08 anos	Iniciante / Interm.
10:00 às 10:50 h	NATAÇÃO	Crianças de 09 á 12 anos	Iniciante / Interm.

- *No ato de sua inscrição o associado deverá apresentar atestado médico **apto a praticar atividade física.***



**AMÉRICA  
CARATINGA**

## **NORMAS PARA AULAS DE NATAÇÃO E HIDRO**

---

- Para a aula de Nataação e Hidro é indispensável a apresentação de atestado médico no ato da matrícula e, renovado a cada 06 meses com tolerância de 15 dias.
- Caso a criança tenha algum laudo médico, é indispensável a apresentação do mesmo.
- Utilizar a touca durante as aulas ou quando for nadar na piscina.
- Tomar ducha antes de entrar na piscina.
- Favor entrar na área da piscina descalço e somente com a roupa de banho.
- Não será permitido a entrada de acompanhante na área da piscina.
- Após o término das aulas, favor não permanecer na área da piscina.
- Favor não chegar atrasado (a) as aulas, pois prejudica o andamento da mesma.
- A frequência nas aulas, somente no horário e dia em que estiver inscrito.
- Meninos acima de 06 anos, deverão obrigatoriamente utilizar o banheiro masculino.
- Não responsabilizamos por alunos que permanecem na recepção antes e após as aulas.
- Não será permitido aos funcionários acompanhar alunos durante o banho.
- Só será permitido a utilização dos materiais de hidro e nataação durante as aulas.
- Para matrícula infantil, será necessário uma avaliação do nível de desenvolvimento do aluno ,com horário agendado previamente na recepção.
- Caso não haja vaga na turma a ser matriculado (a), o aluno será informado quando surgir nova vaga de acordo com a lista de espera.

## **PISCINA TÉRMICA**

---