

Piscina Municipal de Alverca do Ribatejo 2026 - 2027

Atividades		2ª e 6ª feira	3ª feira	3ª e 5ª feira	2ª feira	4ª feira	6ª feira	Sábado
Adaptação ao Meio Aquático	AMA 1 - 4/6 Anos	17.15h		17.15h		17.15h		09.45h 10.30h
	AMA 2 - 5/7 Anos	18.00h		18.00h 18.45h		18.00h		11.15h
	AMA 2 6/8 Anos			19.30h		19.30h	18.00h	11.15h
	AMA 1 <14 Anos	17.15h 18.45h		18.00h				09.00h
	AMA 1/2 +15 Anos	19.30h		16.30h (>60) 18.00h	12.00h	09.45h (>60)	12.45h 16.15h (>60)	
	AMA 2 <14 Anos	18.45h		18.45h 19.30h		18.45h	18.45h	9.00h 12.00h
Desenvolvimento Técnico	Nível 1 <15 Anos	19.30h		18.45h 19.30h	20.15h	19.30h 20.15h	20.15h	9.45h 10.30h
	Nível 2 <16 Anos	19.30h		18.45h 19.30h		19.30h		11.15h
	Nível 1 +15 Anos	19.30h		12.00h 18.00h 20.15h				
	Nível 2/3 +16 Anos			18.00h 20.15h				
Aperfeiçoamento Técnico	Nível 3 <17 Anos	19.30h		20.15h				12.00h
	TOP KIDS		20.15h		18.00h	18.00h	18.00h	



CÂMARA
MUNICIPAL



Ligações Fortes
cm-vfxira.pt



Piscina Municipal de Alverca do Ribatejo 2026 - 2027

Atividades		2ª e 4ª feira	3ª e 5ª feira	4ª e 6ª feira	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
Terapias	Correção Postural						8.30h 15.00h		8.30h 15.00h	
	Hidroginástica				17.15h 18.00h		17.15h 18.00h		18.00h	9.00h
Atividades Rítmicas Aquáticas	Hidro Sénior Coração Saudável	8.30h 9.15h	9.15h 10.00h 11.15h	10.45h 11.30h	10.00h 10.45h 12.00h		10.00h 10.45h 12.00h		10.00h 10.45h	
	Hidrocycling				20.15h 21.00h	8.30h	20.15h 21.00h	8.30h	20.15h	9.45h 10.30h 11.15h
	Aqua Training Condition				20.15h		20.15h			
Adaptação ao Meio Aquático para Bebés	Bebés									
	Bebés 12-24 Meses					16.00h	15.45h		15.45h	
	Bebés 24-48 Meses					17.30h (36/48) 19.30h		16.15h 17.30h 19.30h		9.15h

Os horários apresentados podem ser alterados a qualquer momento em caso de número insuficiente de inscritos ou por outras questões de gestão interna municipal. Devem ser consultados os serviços de atendimento ao público para ter informação atualizada sobre os horários e vagas disponíveis.



CÂMARA
MUNICIPAL

PISCINAS
MUNICIPAIS

Ligações Fortes
cm-vfxira.pt

