

HIDROGINÁSTICA

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
HIDRO 1	2.ª	10:10 - 10:50	GRANDE	
HIDRO 10	2.ª	10:55 - 11:35	GRANDE	
HIDRO 11	2.ª	11:40 - 12:20	GRANDE	
HIDRO 12	2.ª	18:25 - 19:05	GRANDE	
HIDRO 13	3.ª	10:10 - 10:50	GRANDE	
HIDRO 14	3.ª	10:55 - 11:35	GRANDE	
HIDRO 15	3.ª	17:40 - 18:20	GRANDE	
HIDRO 16	3.ª	18:25 – 19:05	GRANDE	Lista de espera
HIDRO 17	3.ª	19:10 – 19:50	GRANDE	Lista de espera
HIDRO 18	3.ª	19:55 – 20:35	GRANDE	
HIDRO 19	4.ª	10:10 – 10:50	GRANDE	
HIDRO 2	4.ª	10:55 – 11:35	GRANDE	
HIDRO 20	4.ª	19:10 – 19:50	GRANDE	
HIDRO 21	4.ª	19:55 – 20:35	GRANDE	
HIDRO 22	5.ª	10:10 – 10:50	GRANDE	Lista de espera
HIDRO 23	5.ª	10:55 – 11:35	GRANDE	
HIDRO 24	5.ª	18:25 – 19:05	GRANDE	
HIDRO 25	6.ª	10:10 - 10:50	GRANDE	
HIDRO 26	6.ª	10:55 – 11:35	GRANDE	
HIDRO 3	6.ª	17:40 – 18:20	GRANDE	
HIDRO 4	6.ª	18:25 – 19:05	GRANDE	
HIDRO 5	6.ª	19:10 – 19:50	GRANDE	Lista de espera
HIDRO 6	6.ª	19:55 – 20:35	GRANDE	
HIDRO 7	SÁBADO	10:55 – 11:35	GRANDE	
HIDRO 8	SÁBADO	16:55 - 17:35	GRANDE	
HIDRO 9	SÁBADO	19:55 – 20:35	GRANDE	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:35

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

HIDROTERAPIA

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
HIDROTERAPIA 1	2.ª	10:00 - 10:40	PEQUENO	
HIDROTERAPIA 2	2.ª	10:45 - 11:25	PEQUENO	
HIDROTERAPIA 3	4.ª	10:00 - 10:40	PEQUENO	
HIDROTERAPIA 4	4.ª	10:45 - 11:25	PEQUENO	
HIDROTERAPIA 5	6.ª	10:00 - 10:40	PEQUENO	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:35

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

BEBÉS

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
BEBÉS 1	6.ª	19:00 – 19:40	PEQUENO	
BEBÉS 2	6.ª	19:45 – 20:25	PEQUENO	
BEBÉS 3	SÁBADO	09:15 – 09:55	PEQUENO	
BEBÉS 4	SÁBADO	10:00 – 10:40	PEQUENO	
BEBÉS 5	SÁBADO	10:45 – 11:25	PEQUENO	
BEBÉS 6	SÁBADO	11:30 – 12:10	PEQUENO	
BEBÉS 7	SÁBADO	15:15 – 15:55	PEQUENO	
BEBÉS 8	SÁBADO	16:00 – 16:40	PEQUENO	
BEBÉS 9	SÁBADO	16:45 – 17:25	PEQUENO	
BEBÉS 10	SÁBADO	18:15 – 18:55	PEQUENO	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:35

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

ADAPTAÇÃO (C0/C0+)

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Criança Adaptação 1	2ª	17:30-18:10	PEQUENO	
	5ª	17:30-18:10		
Criança Adaptação 2	3ª	17:30-18:10	PEQUENO	
	6ª	17:30-18:10		
Criança Adaptação 3	4ª	17:30-18:10	PEQUENO	
	SÁBADO	10:00-10:40		
Criança Adaptação 4	2ª	18:15-18:55	PEQUENO	
	5ª	18:15-18:55		
Criança Adaptação 5	3ª	18:15-18:55	PEQUENO	
	6ª	18:15-18:55		
Criança Adaptação 6	4ª	18:15-18:55	PEQUENO	
C0 G*	SÁBADO	10:45-11:25		
Criança Adaptação 7	2ª	19:00-19:40	PEQUENO	
C0 I*	5ª	19:00-19:40		
Criança Adaptação 8	4ª	19:00-19:40	PEQUENO	
	SÁBADO	11:30-12:10		
Criança Adaptação 9*	SÁBADO	12:15-12:55	PEQUENO	Lista de espera
Criança Adaptação 10*	SÁBADO	13:00-13:40	PEQUENO	
Criança Adaptação 11*	SÁBADO	13:45-14:25	PEQUENO	
Criança Adaptação 12*	SÁBADO	14:30-15:10	PEQUENO	
Criança Adaptação 13*	SÁBADO	17:30-18:10	PEQUENO	Lista de espera
Criança Adaptação 14*	SÁBADO	19:00-19:40	PEQUENO	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:35

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

INICIAÇÃO (C1)

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Criança Iniciação 1	4ª	17:30-18:10	PEQUENO	
	SÁBADO	09:15-09:55		
Criança Iniciação 2	2ª	18:15-18:55	PEQUENO	
	5ª	18:15-18:55		
Criança Iniciação 3	3ª	18:15-18:55	PEQUENO	
	6ª	18:15-18:55		
Criança Iniciação 4	4ª	18:15-18:55	PEQUENO	
	SÁBADO	12:15-12:55		
Criança Iniciação 5	2ª	19:00-19:40	PEQUENO	
	5ª	19:00-19:40		
Criança Iniciação 6	3ª	19:00-19:40	PEQUENO	
	6ª	19:00-19:40		
Criança Iniciação 7	4ª	19:00-19:40	PEQUENO	
	SÁBADO	13:00-13:40		
Criança Iniciação 8	2ª	19:45-20:25	PEQUENO	
	5ª	19:45-20:25		
Criança Iniciação 9	3ª	19:45-20:25	PEQUENO	
	6ª	19:45-20:25		
Criança Iniciação 10	4ª	19:45-20:25	PEQUENO	
	SÁBADO	13:45-14:25		
Criança Iniciação 11*	SÁBADO	14:30-15:10	PEQUENO	
Criança Iniciação 12*	SÁBADO	15:15-15:55	PEQUENO	

Criança Iniciação 13*	SÁBADO	16:00-16:40	PEQUENO	
Criança Iniciação 14*	SÁBADO	16:45-17:25	PEQUENO	
Criança Iniciação 15*	SÁBADO	17:30-18:10	PEQUENO	
Criança Iniciação 16*	SÁBADO	18:15-18:55	PEQUENO	
Criança Iniciação 17*	SÁBADO	19:00-19:40	PEQUENO	
Criança Iniciação 18	2ª	17:40-18:20	GRANDE	Lista de espera
	5ª	17:40-18:20		
Criança Iniciação 19	3ª	17:40-18:20	GRANDE	
	6ª	17:40-18:20		
Criança Iniciação 20	4ª	17:40-18:20	GRANDE	
	SÁBADO	09:25-10:05		
Criança Iniciação 21	2ª	19:10-19:50	GRANDE	
	5ª	19:10-19:50		
Criança Iniciação 22*	SÁBADO	11:40-12:20	GRANDE	Lista de espera
Criança Iniciação 23*	SÁBADO	13:10-13:50	GRANDE	
Criança Iniciação 24*	SÁBADO	13:55-14:35	GRANDE	
Criança Iniciação 25*	SÁBADO	17:40-18:20	GRANDE	
Criança Iniciação 26*	SÁBADO	18:25-19:05	GRANDE	
Criança Iniciação 27*	SÁBADO	19:10-19:50	GRANDE	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:35

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

INTERMÉDIO (C2/C3)

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Criança Intermédio 1	2ª	17:40-18:20	GRANDE	
	5ª	17:40-18:20		
Criança Intermédio 2	3ª	17:40-18:20	GRANDE	
	6ª	17:40-18:20		
Criança Intermédio 3	4ª	17:40-18:20	GRANDE	
	SÁBADO	09:25-10:05		
Criança Intermédio 4	2ª	18:25-19:05	GRANDE	Lista de espera
	5ª	18:25-19:05		
Criança Intermédio 5	3ª	18:25-19:05	GRANDE	Lista de espera
	6ª	18:25-19:05		
Criança Intermédio 6	4ª	18:25-19:05	GRANDE	
	SÁBADO	10:10-10:50		
Criança Intermédio 7	2ª	19:10-19:50	GRANDE	Lista de espera
	5ª	19:10-19:50		
Criança Intermédio 8	3ª	19:10-19:50	GRANDE	Lista de espera
	6ª	19:10-19:50		
Criança Intermédio 9	4ª	19:10-19:50	GRANDE	
	SÁBADO	12:25-13:05		
Criança Intermédio 10	2ª	19:55-20:35	GRANDE	
	5ª	19:55-20:35		
Criança Intermédio 11*	SÁBADO	10:55-11:35	GRANDE	

Criança Intermédio 12*	SÁBADO	11:40-12:20	GRANDE	Lista de espera
Criança Intermédio 13*	SÁBADO	13:10-13:50	GRANDE	
Criança Intermédio 14*	SÁBADO	13:55-14:35	GRANDE	
Criança Intermédio 15*	SÁBADO	15:25-16:05	GRANDE	
Criança Intermédio 16*	SÁBADO	16:10-16:50	GRANDE	
Criança Intermédio 17*	SÁBADO	16:55-17:35	GRANDE	
Criança Intermédio 18*	SÁBADO	17:40-18:20	GRANDE	Lista de espera
Criança Intermédio 19*	SÁBADO	18:25-19:05	GRANDE	Lista de espera
Criança Intermédio 20*	SÁBADO	19:10-19:50	GRANDE	Lista de espera

Atualizado a 28/07/2025 às 11:40

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

AVANÇADO (C4/GOLFINHOS)

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Criança Avançado 1	2ª	18:25-19:05	GRANDE	Lista de espera
	5ª	18:25-19:05		
Criança Avançado 2	4ª	18:25-19:05	GRANDE	
	SÁBADO	12:25-13:05		
Criança Avançado 3	2ª	19:10-19:50	GRANDE	
	5ª	19:10-19:50		
Criança Avançado 4	4ª	19:55-20:35	GRANDE	
	SÁBADO	13:55-14:35		
Criança Avançado 5*	SÁBADO	10:10-10:50	GRANDE	
Criança Avançado 6*	SÁBADO	17:40-18:20	GRANDE	Lista de espera

Atualizado a 28/07/2025 às 11:40

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

ADULTOS INICIAÇÃO (A1) 2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Adulto Iniciação 1	2ª	19:45-20:25	PEQUENO	
	5ª	19:45-20:25		
Adulto Iniciação 2	2ª	17:40-18:20	GRANDE	
	5ª	17:40-18:20		
Adulto Iniciação 3	4ª	17:40-18:20	GRANDE	
	SÁBADO	09:25-10:05		
Adulto Iniciação 4	3ª	18:25-19:05	GRANDE	
	6ª	18:25-19:05		
Adulto Iniciação 5	4ª	18:25-19:05	GRANDE	
	SÁBADO	11:40-12:20		
Adulto Iniciação 6	2ª	19:55-20:35	GRANDE	
	5ª	19:55-20:35		
Adulto Iniciação 7	4ª	19:55-20:35	GRANDE	
	SÁBADO	12:25-13:05		
Adulto Iniciação 8*	SÁBADO	13:55-14:35	GRANDE	
Adulto Iniciação 9*	SÁBADO	18:25-19:05	GRANDE	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:40

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

ADULTOS INTERMÉDIO (A2/A3)

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Adulto Intermédio 1	2ª	19:10-19:50	GRANDE	Lista de espera
	5ª	19:10-19:50		
Adulto Intermédio 2	4ª	19:10-19:50	GRANDE	
	SÁBADO	13:10-13:50		
Adulto Intermédio 3	2ª	19:55-20:35	GRANDE	
	5ª	19:55-20:35		
Adulto Intermédio 4	3ª	19:55-20:35	GRANDE	
	6ª	19:55-20:35		
Adulto Intermédio 5*	SÁBADO	09:25-10:05	GRANDE	
Adulto Intermédio 6*	SÁBADO	10:10-10:50	GRANDE	
Adulto Intermédio 7*	SÁBADO	11:40-12:20	GRANDE	
Adulto Intermédio 8*	SÁBADO	18:25-19:05	GRANDE	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:40

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt

ADULTOS AVANÇADO (A4/MANUTENÇÃO)

2025-2026

TURMA	DIA	HORÁRIO	TANQUE	OBS
Adulto Avançado 1	4ª	18:25-19:05	GRANDE	
	SÁBADO	10:10-10:50		
Adulto Avançado 2	3ª	19:10-19:50	GRANDE	
	6ª	19:10-19:50		
Adulto Avançado 3	2ª	19:55-20:35	GRANDE	Lista de espera
	5ª	19:55-20:35		
Adulto Avançado 4	3ª	19:55-20:35	GRANDE	
	6ª	19:55-20:35		
Adulto Avançado 5*	SÁBADO	12:25-13:05	GRANDE	
Adulto Avançado 6*	SÁBADO	13:10-13:50	GRANDE	

Atualizado a 28/07/2025 às 11:40

Os horários indicados podem sofrer alterações ou estarem com lotação esgotada pelo que solicitamos que confirme a disponibilidade na secretaria da instalação.

Para mais informações, deverá contactar o email: piscinas@cm-gaia.pt