Porto. Ágora Cultura e Desporto

RMID
Rede Municipal de Instalações Desportivas

Piscina Eng. Armando Pimentel

Temporada 2026–2027
(1 de setembro a 31 de julho)

Atividades Aquáticas / Natação Adultos

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
08:30	INI / AP		INI / AP		INI / AP	
10:00	HGin		HGin		HGin	
11:45						HGin
12:30	HGin	HGin	HGin	HGin	HGin	
19:30	INI / AP	HGin	INI / AP	HGin	INI / AP	
20:15	HGin	INI / AP	HGin	INI / AP	HGin	

HGin – Hidroginástica; INI – Adultos Iniciação; AP – Adultos Aperfeiçoamento

Atividades Aquáticas / Natação Crianças

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
09:15						N–0,1, 2,3
10:00						N–0,1, 2,3
10:45						N–0 / Bebés
11:15						Bebés
11:30						N–0
17:15	N–0,1,2	N–0,1,2	N–0,1,2	N–0,1,2	N–0,1,2	
18:00	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	
18:45	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	N–0,1,2,3	
19:30	N–3		N–3		N–3	

N–0, 1, 2, 3 – Crianças Nível 0,1, 2, 3

Utilização Livre da Piscina

	Segunda a sexta-feira	Sábado
08:30	1 Pista (exclusiva para Natação Livre)	
09:00	1 Pista (exclusiva para Natação Livre)	
10:00	1 Pista (exclusiva para Natação Livre)	
11:00	2 Pistas (1 exclusiva para Natação Livre)	
12:00	1 Pista (exclusiva para Natação Livre)	
13:00	2 Pistas (1 exclusiva para Natação Livre)	
14:00	1 Pista (exclusiva para Natação Livre)	
15:00	2 Pistas (1 exclusiva para Natação Livre)	
20:00*	1 Pista (exclusiva para Natação Livre)	

* Saída da água às 21h00.

Cada pista pode ser utilizada por mais do que 1 utente, até um máximo de 4 por pista.
Duração de utilização máxima de 1h30min, excepto no horário das 20h00.

Porto. Ágora Cultura e Desporto

RMID
Rede Municipal de Instalações Desportivas

Piscina Eng. Armando Pimentel

Temporada 2025/2026
(1 de setembro a 31 de julho)

Atividades de Academia

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado
10:15						Pilates
11:00						Circuito
11:45						GAP
12:45	Circuito	Circuito	Circuito	Circuito	Circuito	
17:45		Dance Kids		Dance Teens		
18:30	Pilates	Circuito	GAP	Circuito	GAP	
19:15	Circuito	GAP	Pilates	Pilates	Circuito	
20:00	GAP	Pilates	Circuito	GAP	Pilates	

GAP – Glúteos, Abdómen e Pernas