

Piscinas Municipais da VENDA DO PINHEIRO

Piscina de 25 metros		
CLASSE	DIAS	HORÁRIO
NÍVEL 1	Sábado	08h15
		09h45
		15h30
	2.ª, 4.ª e 6.ª	11h00
	2.ª, 4.ª e 6.ª	17h45
	3.ª e 5.ª	18h15
NÍVEL 2	Sábado	20h00
		10h45
	2.ª, 4.ª e 6.ª	15h30
		11h00
	3.ª e 5.ª	17h00
		17h15
NÍVEL 3	2.ª, 4.ª e 6.ª	19h00
		10h45
	3.ª e 5.ª	12h15
		11h45
	2.ª, 4.ª e 6.ª	17h00
		17h15
CROSSWATER	2.ª, 4.ª e 6.ª	17h15
		19h00
	3.ª e 5.ª	20h00
		20h45
	2.ª, 4.ª e 6.ª	07h30
		11h00
HIDROBIKE	2.ª, 4.ª e 6.ª	12h30
		20h00
	3.ª e 5.ª	20h45
		08h15
	Sábado	12h15
		07h30
NATAÇÃO ADULTOS	2.ª, 4.ª e 6.ª	08h15
		08h30
	4.ª	10h15
		11h45
	2.ª, 4.ª e 6.ª	12h30
		13h00
	3.ª e 5.ª	16h15
		16h30
	2.ª, 4.ª e 6.ª	20h00
		20h45
	2.ª, 4.ª e 6.ª	09h15
		14h45
NATAÇÃO ADULTOS INICIAÇÃO	3.ª	20h00
		11h30
	3.ª e 5.ª	13h00
AQUA TOTAL	2.ª e 6.ª	09h15
		09h30
	4.ª	10h15
HIDRO	2.ª, 4.ª e 6.ª	12h15
		15h00
	3.ª e 5.ª	19h15
		08h30
	11h45	
HIDG FITNESS	2.ª e 4.ª	15h30
		20h00
	2.ª, 4.ª e 6.ª	20h45
		08h15
	09h45	

NOVO

NOVO

Piscina de 25 metros (cont.)		
CLASSE	DIAS	HORÁRIO
GOLFINHOS	Sábado	09h00
		09h45
		10h30
		12h15
		14h00
		16h45
		18h15
	2.ª a 6.ª	17h30
		18h15
		19h00
TUBARÕES	Sábado	19h15
		09h00
		11h30
		14h45
		17h30
	2.ª a 6.ª	17h30
		18h00
		18h15
		18h15
		19h00

Tanque de Aprendizagem		
CLASSE	DIAS	HORÁRIO
LAPAS	Sábado	10h00
		11h30
		15h45
	3.ª e 5.ª	18h00
BÚZIOS	Sábado	10h00
		11h30
	3.ª e 5.ª	15h45
ESTRELAS DO MAR	Sábado	18h00
		09h30
		14h30
	4.ª	16h30
		18h15
TARTARUGAS	Sábado	18h30
		09h00
		10h30
		12h00
		14h00
	3.ª e 5.ª	17h00
		16h45
		17h00
		18h15
		19h00
FOCAS	Sábado	08h15
		12h30
		15h00
		17h30
		18h15
	3.ª e 5.ª	17h15
		17h30
		18h45
	2.ª, 4.ª e 6.ª	19h30
		19h30

Piscina de 25 metros		
CLASSE	DIAS	HORÁRIO
NATAÇÃO LIVRE DESPORTIVA	Horários a disponibilizar brevemente	

(COM e SEM CARTÃO DE UTENTE) - condicionado ao horário de Secretaria e lotação de Pista livre (12 utilizadores)

Nota: à excepção das aulas de NB, onde o tempo de aula é de 30', as restantes aulas são de 45'.

Pavilhão da Escola EB1 da VENDA DO PINHEIRO

CLASSE	DIAS	HORÁRIO
Pilates	Sábado	08h45
Ginástica Desenvolvimento Motor (3 a 6 anos)**	4.ª	09h30
Ginástica Geral Iniciação (> 6 anos)	Sábado	18h00
	4.ª	10h15
Ginástica Geral (> 12 anos)	Sábado	18h45
	4.ª	11h15
Hip Hop Mini-Kids (4-6 anos) *		19h35
Hip Hop Kids (6-12 anos)	3.ª e 5.ª	18h00
Hip Hop Avançados (>12 anos)		18h30
Dance Fit		19h30
		20h30

NOVO
NOVO
NOVO

Pavilhão Desportivo Municipal da MALVEIRA

CLASSE	DIAS	HORÁRIO
Yoga	2.ª e 4.ª	09h30
Ginástica Localizada	3.ª e 5.ª	09h00
Postura e Alongamentos		19h30
	2.ª e 4.ª	10h30
Pilates	3.ª e 5.ª	10h00
	2.ª a 6.ª	18h30
	2.ª e 4.ª	19h30
Ginástica Desenvolvimento Motor (3 a 6 anos)**	2.ª e 5.ª	17h30
Ginástica Geral Iniciação (6 a 9 anos)		18h15
Ginástica Geral (10 a 13 anos)		19h15
Ginástica Geral (>13 anos)		20h15

NOVO
NOVO
NOVO
NOVO
NOVO

Nota: à exceção das aulas de 30'(*)/45'(**)/90', o tempo de aula é de 50' para as classes de pavilhão;

HORÁRIO DE SECRETARIA
2.ª - ENCERRADO
3.ª a 6.ª - 10h00 às 13h00 e das 15h00 às 19h00
Sábado - 10h00 às 13h00
Telef. 261 022 658
e-mail: mafrativa@cm-mafra.pt

(excepto no mês de agosto, que se encontra encerrada, ficando em funcionamento a secretaria do Parque Desportivo de Mafra, de 2.ª a 6.ª feira, das 09h00 às 13h00 e das 14h00 às 17h00)



Nota: De acordo com o Regulamento das Instalações Desportivas Municipais, n.º 7, do artigo 8.º, da Secção I "A Autarquia reserva -se ainda ao direito de alterar/cancelar os horários afetos às classes, sempre que não seja possível assegurar a continuidade dos mesmos "

julho/2026 (v0)

CONSULTE OS HORÁRIOS

REGULAMENTO E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO

DESCARREGUE A APP iPhone

DESCARREGUE A APP Android

APONTE A CÂMARA DO SEU TELEMÓVEL PARA O QR CODE