

HORÁRIOS

Comissão de Reformados, Pensionistas, Idosos da Póvoa de Santo Adrião - CRPIPSA				
2.ª Feira	3.ª Feira	4.ª Feira	5.ª Feira	6.ª Feira
GINÁSTICA	YOGA	GINÁSTICA	CAMINHADA	KARATE
09:00-09:45	09:00-09:45	09:00-09:45	09:00-09:45	10:15-11:00
09:45-10:30	09:45-10:30	09:45-10:30	DANÇA	
10:30-11:15		10:30-11:15	09:30-10:15	
11:15-12:00		11:15-12:00	10:15-11:00	
12:00-12:45		12:00-12:45		
Almoço				
GINÁSTICA		GINÁSTICA	BOCCIA	
14:15-15:00		14:15-15:00	15:15-16:00	
15:00-15:45		15:00-15:45		