

ÉPOCA 2024/25

	Classes	Dias da semana	Horários		Local
Iniciação Gímnica	BabyGym 1 (8-24 meses - com pais)	Sábado	9h50	10h35	Sociedade Recreativa Musical Trafariense
	BabyGym 2 (12-24 meses - com pais) Fechada	Sábado	10h45	11h30	Sociedade Recreativa Musical Trafariense
	BabyGym 3 (24 - 48 meses - sem pais)	Sábado	11h40	12h40	Sociedade Recreativa Musical Trafariense
	Playgym (4-6 anos)	Sábado	10h30	11h30	Pavilhão Gímnico Trafaria
	Playgym (4-6 anos)	Sábado	11h30	12h30	Pavilhão Gímnico Trafaria
	Basic Gym (5-7)	Ter, Qui	17h10	18h00	Pavilhão Gímnico Trafaria
GPT	Formação B Cacilhas Fechada	Seg, Qua, Sex	18h30	19h20	Escola Secundária de Cacilhas -Tejo
	Formação A Cacilhas	Seg, Qua, Sex	19h15	20h15	
	Pré-representativa (1)	Seg, Qua, Sex	20h00	21h30	
	Representativa (1)	Seg, Qua, Sex	20h00	22h00	
	Formação B Sobreda Fechada	Ter, Qui	18h30	19h35	Escola Básica Elias Garcia
	Formação A Sobreda Fechada	Seg, Ter, Qui	19h15	20h15	
	Espirais (1)	Seg, Ter, Qui	20h00	22h00	Sociedade Recreativa Musical Trafariense
	Acrobática B	Ter, Qui	17h30	18h30	
	Acrobática A	Ter, Qui	18h30	20h00	
	Rítmica D'Ouro	Qui	20h30	22h30	Pavilhão Gímnico Trafaria
	GymWave	Seg, Qua, Sex	19h30	21h30	
	9atos	Ter	20h45	22h15	
		Sex	20h00	21h30	Escola Secundária António Gedeão
Condição física	Condição Física (adultos) 2x	Seg, Qua	18h30	19h30	Pavilhão Gímnico Trafaria
	Ginástica Artística de Aparelhos (Adultos)	Ter (Livre utilização)	20h00	21h00	
		Qui	20h30	21h30	
GAM (Competição)	Formação Benjamins (6-8 anos)	Ter, Qui	17h30	18h30	Pavilhão Gímnico Trafaria
	Formação Infantis (9-10 anos)	Seg, Qua, Sex	18h00	20h00	
	Iniciados 1a divisão (11-12 anos)	Seg, Ter, Qua, Qui, Sex	18h00	20h30	
	Divisão Base: Iniciados e Juvenis	Seg, Qua, Sex	18h00	19h30	
	Divisão Base: Juniores e seniores	Seg, Qua, Sex	19h00	20h30	
	1a divisão e Elites	Juniores: Seg, Ter, Qua, Qui, Sex	17h30	21h00	
Juvenis: Seg, Ter, Qua, Qui, Sex		18h00	21h00		
Sáb (Juniores e Juvenis)		10h00	13h00		
GAF (Competição)	Benjamins (6-7 anos) Fechada	Ter, Qui	17h30	19h00	Pavilhão Gímnico Trafaria
	Infantis e Iniciadas (8-11 anos) Fechada	Seg, Qua, Sex (8-9 anos)	17h30	19h00	
		Seg, Qua, Sex (10-11 anos)	17h30	19h30	
	Juvenis Juniores e Seniores (+12 anos) Fechada	Ter, Qui	19h00	21h00	
		Sáb	10h30	12h30	
	Infantis e Iniciadas (GAF B) Fechada	Seg, Ter, Qua, Qui	18h00	20h00	
Juvenis, Juniores e Seniores (GAF) Fechada	Seg, Ter, Qua, Qui, Sex	17h30	20h30		

(1) A entrada na classe depende da observação e aprovação prévia por parte do treinador