

FÉRIAS DESPORTIVAS DE VERÃO | 4 a 8 julho

| Hora | Segunda-feira (4-7) | Hora | Terça-feira (5-7) | Hora | Quarta-feira (6-7) | Hora | Quinta-feira (7-7) | Hora | Sexta-feira (8-7) |
|-------|---|-------|---|-------|---|-------|--|-------|--|
| 7.30 | Acolhimento dos participantes (apresentação e regras de funcionamento) | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes |
| 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9.30 | Atividade Desportiva da Câmara Municipal (a confirmar) | 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9.30 | Partida para Lisboa – “Visita ao Museu Berardo” (10.30h) | 8 | Partida para Montemor |
| 13 | Almoço Volante | 13 | Almoço | 13 | Almoço | 13 | Almoço Volante | 9.30 | Visita ao Complexo aquático de Montemor: Custo extra 12€ (Almoço Volante) Obs: Chapéu, protetor solar, chinelos e toalha |
| 15 | Tarde Desportiva no Parque da Verdizela – ténis, jogos lúdicos | 15 | Canoagem | 15 | Tarde de Cinema (+ novos) | 15 | Visita ao Museu da Presidência | | |
| | | | | 15 | Ateliê de estampagem de t-shirts (+ velhos) | | | | |
| 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | 16.45 | 17 | Partida de Montemor |
| | | | | | | | 18.45 | 18.45 | Chegada ao Pavilhão Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) |

FÉRIAS DESPORTIVAS DE VERÃO | 11 a 15 julho

| Hora | Segunda-feira (11-7) | Hora | Terça-feira (12-7) | Hora | Quarta-feira (13-7) | Hora | Quinta-feira (14-7) | Hora | Sexta-feira (15-7) |
|-------|--|-------|---|-------|---|-------|--|-------|--|
| 7.30 | Acolhimento dos participantes (apresentação e regras de funcionamento) | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes |
| 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9.30 | Canoagem | 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9 | Partida para Sintra - 10:00 Visita ao Museu do Ar (Grupo + velhos) 10:00 Peddy Papper Sintra (+novos) | 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia - SURF: custo adicional 10euros |
| 13 | Almoço Volante | 13 | Almoço | 13 | Almoço | 13 | Almoço | 13 | Almoço volante |
| 15 | Jogos Desportivos no Parque da Verdizela - Rugby - Tênis - Paddle | 15 | Tarde desportiva (Futebol) | 15 | Jogo de Pista (+ novos) Geocaching + velhos | 15 | 15:00 Visita ao Museu do Ar (Grupo + novos) 15:00 Peddy Papper Sintra (+ Velhos) | 15 | Torneio de andebol |
| | | | | | | 16.45 | Regresso ao Pavilhão Municipal | | |
| 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) |

FÉRIAS DESPORTIVAS DE VERÃO | 18 a 22 julho

| Hora | Segunda-feira (18-7) | Hora | Terça-feira (19-7) | Hora | Quarta-feira (20-7) | Hora | Quinta-feira (21-7) | Hora | Sexta-feira (22-7) |
|-------|---|-------|--|-------|---|-------|---|-------|---|
| 7.30 | Acolhimento dos participantes (apresentação e regras de funcionamento) | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes |
| 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9 | Visita à Fábrica da Coca-Cola (+ velhos) Jogos desportivos (+novos) | 9 | Visita ao Complexo aquático da Moita | 9.30 | Manhã de Fitness “FUNFIT Positive” | 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia |
| 13 | Almoço | 13 | Almoço volante | 13 | Almoço volante | 13 | Almoço | 13 | Almoço |
| 15 | Tarde Desportiva no Parque da Verdizela Caça ao Tesouro Ténis | 15 | Visita à Fábrica da Coca-Cola (+ velhos) Jogos desportivos (+novos) | 15 | Visita à Fábrica da Riberalves | 15 | Zumba e Body Combat (Festa Matilde) | 15 | Canoagem |
| | | 17 | Regresso ao Pavilhão Municipal | 17 | Regresso ao Pavilhão Municipal | | | | |
| 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) |

FÉRIAS DESPORTIVAS DE VERÃO | 25 a 29 julho

| Hora | Segunda-feira (25-7) | Hora | Terça-feira (26-7) | Hora | Quarta-feira (27-7) | Hora | Quinta-feira (28-7) | Hora | Sexta-feira (29-7) |
|-------|---|-------|---|-------|---|-------|---|------|--|
| 7.30 | Acolhimento dos participantes (apresentação e regras de funcionamento) | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes | 7.30 | Acolhimento dos participantes |
| 8.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9.30 | Canoagem | 9.30 | Partida para a Praia – Jogos de praia e construções na areia | 9.30 | Passeio de barco (9.30 às 11.30h) cais do seixal | 8 | Partida para Santarém |
| 13 | Almoço | 13 | Almoço | 13 | Almoço | 13 | Almoço | 9.30 | Visita ao Complexo aquático de Santarém Custo extra: 12,5€ (Almoço Volante) Obs: Chapéu, protetor solar, chinelos e toalha |
| 15 | Tarde Desportiva no Parque da Verdizela Ténis e Jogos Lúdicos | 15 | Visita à Fábrica da Olá | 15 | Atividade Desportiva da Câmara Municipal | 15 | Torneio de Ténis de Mesa | | 17:00 |
| 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 17.30 | Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) | 19 | Chegada de Santarém Final das atividades organizadas (tempo livre supervisionado) |