



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 1

Horário	25 Junho Segunda-Feira	26 Junho Terça-Feira	27 Junho Quarta-feira	28 Junho Quinta-feira	29 Junho Sexta-Feira
09:15 10:30	Recepção e Dinâmica de grupo	Ténis Badminton	A Q U A R T A P A R Q U E	Peddy Paper	Insufláveis/Pedal Karts Trampolins
10:30 11:00	<u>Lanche</u>	<u>Lanche</u>		<u>Lanche</u>	Lanche
11:00 12:15	Ténis de Mesa	Badminton Ténis		Peddy Paper	Insufláveis/Pedal Karts Trampolins
12:30 13:30	<u>Almoço/Repouso</u>	<u>Almoço/Repouso</u>		<u>Almoço/Repouso</u>	Almoço/Repouso
13:45 15:15	Computadores	Jogos de Mesa		Computadores	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:15 16:15	Futebol / Basquetebol	Ginástica Trampolins		Filme	Filme
16:20 16:40	Lanche	Lanche		Lanche	Lanche
17:00 18:00	Futebol / Basquetebol	Ginástica Trampolins		Filme	Filme

* As actividades poderão sofrer alterações, o que a acontecer, será avisado com a devida antecedência.



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 2

Horário	2 Julho Segunda-Feira	3 Julho Terça-Feira	4 Julho Quarta-Feira	5 Julho Quinta-Feira	6 Julho Sexta-Feira
09:00 10:30	Atividades de Biologia/Robótica Desportos	Ginástica Acrobática	Atividades de Biologia/Robótica Desportos Coletivos	A Q U A P A R Q U E	Hóquei em campo
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Atividades de Biologia/Robótica Desportos Coletivos	Ginástica Acrobática	Atividades de Desportos Coletivos		Hóquei em campo
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:45 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Atletismo	Multiatividades Radicais/Futebol	Patinagem Artes Plásticas		Filme
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Atletismo	Multiatividades Radicais/Futebol	Patinagem Artes Plásticas		Filme

* As actividades poderão

CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 2

Biología/Robótica

* As actividades poderão



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 3

Horário	9 Julho Segunda-Feira	10 Julho Terça-Feira	11 Julho Quarta-Feira	12 Julho Quinta-Feira	13 Julho Sexta-Feira
09:00 10:30	Paint- Ball Andebol/Madeirabol	Padel/Ténis de Mesa Judo	Padel/Jogos Tradicionalis Judo	A Q U A P A R Q U E	Padel/Desp. Coletivos Insuflável
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Paint- Ball Andebol/Madeirabol	Ténis de Mesa Judo	Jogos Tradicionalis Judo		Desp.Coletivo s Insuflável
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP
15:00 16:30	Ginástica Trampolins/Patinagem	Moto 4	Desportos de Raquete Desportos ao ar livre		Saltos e Trambolhões Insuflável / Festa da Pipoca
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Ginástica Trampolins Patinagem	Moto 4	Desportos de raquete Desportos ao ar livre		Saltos e Trambolhões Insuflável / Festa da Pipoca

* As actividades poderão sofrer alterações, o que a acontecer, será avisado com a devida antecedência

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 4

Horário	16 Julho Segunda-Feira	17 Julho Terça-Feira	18 Julho Quarta-Feira	19 Julho Quinta-Feira	20 Julho Sexta-Feira
09:00 10:30	Futebol/Basquetebol Jogos de mesa	Culinária (Pizza) Laser Tag	Peddy Paper Jardim de Santa Luzia	A Q U A P A R Q U E	Atividades Parque Santa Catarina
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Futebol/Basquetebol Jogos de mesa/Badinton	Culinária (Pizza) Laser tag	Peddy Paper Jardim de Santa Luzia		Atividades Parque Santa Catarina
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos Bilhar e PSP
15:00 16:30	Patinagem Hóquei de Campo Artes Plásticas	Filme	Esgrima		Visita ao Museu das Cruzes / Universo de Memórias João Carlos
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Patinagem Hóquei de Campo Artes Plásticas	Filme	Esgrima		Visita ao Museu das Cruzes / Universo de Memórias João Carlos

* As actividades poderão sofrer alterações, o que a acontecer, será avisado com a devida antecedência.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 5

Horário	23 Julho Segunda-Feira	24 Julho Terça-Feira	25 Julho Quarta-Feira	26 Julho Quinta-Feira	27 Julho Sexta-Feira
09:00	Basquetebol	Ténis de Mesa	Baptismos de Mar	A Q U A P A R Q U E	Insuflável/Padel Karts
10:30	Voleibol	Andebol			Lanche
10:30	Lanche	Lanche	Lanche		
11:00	Voleibol	Andebol	Baptismos de Mar		Insuflável/Padel Karts
11:00	Basquetebol	Ténis de Mesa			
12:15	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
12:30	Computadores	Computadores	Computadores		Computadores
14:00	Matraquilhos, Bilhar e PSP	Matraquilhos, Bilhar e PSP	Matraquilhos, Bilhar e PSP		Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00	Orientação	Futsal	Ginástica		Filme
16:30	Jardim Sta. Luzia	Atletismo	Trampolins/Atividades Flowtásticas		
16:30	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	
16:45					
17:00	Orientação	Futsal	Ginástica	Filme	
18:00	Jardim Sta. Luzia	Atletismo	Trampolins/Atividades Flowtásticas		

* As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 6

Horário	30 Julho Segunda-Feira	31 Agosto Terça-Feira	1 Agosto Quarta-Feira	2 Agosto Quinta-Feira	3 Agosto Sexta-Feira
09:00 10:30	Jogos Desportivos	Ténis Badminton	Atividade Cultural / Regionalismos	A Q U A P A R Q U E	Insuflável/Pedal Karts
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Jogos Desportivos	Ténis Badminton	Atividade Cultural / Regionalismos		Insuflável/Pedal Karts
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Jogos Tradicionais Jogos de Mesa	Karting	Karaoke		Filme
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Jogos Tradicionais Jogos de Mesa	Karting	Ginástica Acrobática Patinagem		Filme

** As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 7

Horário	6 Agosto Segunda-Feira	7 Agosto Terça-Feira	8 Agosto Quarta-Feira	9 Agosto Quinta-Feira	10 Agosto Sexta-Feira
09:00 10:30	Circuito de Habilidades	Canoagem	Ginástica Acrobática / Trampolins	A Q U A P A R Q U E	Atividades no Lido**
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Circuito de Habilidades	Canoagem	Ginástica Acrobática / Trampolins		Atividades no Lido**
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Aula de condução – Escola Progresso	Basquetebol Futsal	Jogos de Mesa/Tiro ao Alvo		Atividades no Lido**
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Aula de condução – Escola Progresso	Basquetebol Futsal	Jogos de Mesa/Tiro ao Alvo		Atividades no Lido**

** As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 8

Horário	13 Agosto Terça-Feira	14 Agosto Segunda-Feira	15 Agosto Quarta-Feira	16 Agosto Quinta-Feira	17 Agosto Sexta-Feira
09:00	Jogos	Cavalos / Ginástica	F E R I A D O	A Q U A P A R Q U E	Insuflável/Pedal
10:30	Ludicodesportivos				Karts/Trotinetes
10:30	Lanche	Lanche			Lanche
11:00	Jogos	Cavalos / Ginástica			Insuflável/Pedal
11:00	Ludicodesportivos				Karts/Trotinetes
12:15	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso			Almoço/Repouso
12:30	Computadores	Computadores			Computadores
14:00	Matraquilhos, Bilhar e PSP	Matraquilhos, Bilhar e PSP			Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00	Patinagem	Desportos Coletivos			Filme
16:30	Voleibol				Lanche
16:30	Lanche	Lanche	Lanche		
16:45	Patinagem		Filme		
17:00	Voleibol	Atividade Livre	Filme		
18:00					

* As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 9

Horário	20 Agosto Segunda-Feira	21 Agosto Terça-Feira	22 Agosto Quarta-Feira	23 Agosto Quinta-Feira	24 Agosto Sexta-Feira
09:00 10:30	Canoagem	F E R I A D O	Visita ao Museu Quinta das Cruzes	A Q U A P A R Q U E	Insufláveis Trotinetes/Pedal Karts
10:30 11:00	Lanche		Lanche		Lanche
11:00 12:15	Canoagem		Visita ao Museu Quinta das Cruzes		Insufláveis Trotinetes/Pedal Karts
12:30 14:00	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Atividades Ar Livre Jardins Santa Luzia		Jogos de Mesa		Filme
16:30 16:45	Lanche		Lanche		Lanche
17:00 18:00	Atividades Ar Livre Jardins Santa Luzia		Jogos de Mesa		Filme

**** As actividades poderão sofrer alterações.**

*** No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes**



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 10

Horário	27 Agosto Segunda-Feira	28 Agosto Terça-Feira	29 Agosto Quarta-Feira	30 Agosto Quinta-Feira	31 Agosto Sexta-Feira
09:00 10:30	Desportos de Raquete	Patinagem/Desportos Coletivos	Jogos Tradicionais	A Q U A P A R Q U E	Insufláveis/Pedal Karts Trampolins
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Desportos de Raquete	Patinagem/Desportos Coletivos	Jogos Tradicionais		Insufláveis/Pedal Karts Trampolins
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Bitoque Rugby	Jogos de Mesa	Parque Sta. Catarina Jogos Ar Livre		Filme
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Karaoke	Actividade Livre	Parque Sta. Catarina Jogos Ar Livre		Filme

* As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVAS 2018

Semana 11

Horário	3 Setembro Segunda-Feira	4 Setembro Terça-Feira	5 Setembro Quarta-Feira	6 Setembro Quinta-Feira	7 Setembro Sexta-Feira
09:00 10:30	Hóquei em Campo	Karting	Jardins de Santa Luzia	A Q U A P A R Q U E	Jogos Tradicionais
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
11:00 12:15	Jogos de Mesa	Karting	Jardins de Santa Luzia		Jogos Tradicionais
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Desportos Coletivos	Desportos Raquete Patinagem	Ginástica Acrobática		Filme
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		Lanche
17:00 18:00	Desportos Coletivos	Desportos Raquete Patinagem	Ginástica Acrobática		Filme

* As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVA 2018

Semana 12

Horário	10 Setembro Segunda-Feira	11 Setembro Terça-Feira	12 Setembro Quarta-Feira	13 Setembro Quinta-Feira	14 Setembro Sexta-Feira
09:00 10:30	Basquetebol Voleibol	Ténis de Mesa Andebol	Jogos Ludicodesportivos	A Q U A P A R Q U E	Festa Final Insufláveis Multiatividades Radicais Paint Ball Aula Zumba Entrega de Diplomas
10:30 11:00	Lanche	Lanche	Lanche		
11:00 12:15	Voleibol Basquetebol	Andebol Ténis de Mesa	Atletismo		
12:30 14:00	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso	Almoço/Repouso		Almoço/Repouso
14:00 15:00	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP	Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP		Computadores Matraquilhos, Bilhar e PSP
15:00 16:30	Atividades Ar Livre Jardim Sta. Luzia	Futsal Atletismo	Jogos de Mesa		Festa Final Insufláveis Multiatividades Radicais Paint Ball Aula Zumba Entrega de Diplomas
16:30 16:45	Lanche	Lanche	Lanche		
17:00 18:00	Pedal Karts/Trotinetes	Futsal Atletismo	Jogos de Mesa		

** As actividades poderão sofrer alterações.

* No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes



CLUBE DESPORTIVO DA ESCOLA FRANCISCO FRANCO

FÉRIAS DESPORTIVA 2018

Semana 12

**** As actividades poderão sofrer alterações.**

*** No dia da saída semanal o lanche é da responsabilidade dos participantes**