



SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO #BEACTIVE FÍSICA TORRES VEDRAS 23 A 30 SETEMBRO 2019

23 de setembro 2ª feira			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
17:00	Aula Ginástica Formativa Mista	Crianças 3-5 anos	Ginásio 4
17:45	Aula Ginástica Formativa Mista	Crianças 6-10 anos	Ginásio 4
18:45	Aula Team Gym	+ de 10	Ginásio 3
20:40	Aula de Natação	+ de 14 anos	Piscina

24 de setembro 3ª feira			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
17:30	Minibasquete	Crianças 4-12 anos	Pavilhão 1
18:00	Aula de Esgrima	Todos	Ginásio 1
19:00	Aula de Esgrima	Todos	Ginásio 1
20:00	Aula de Esgrima	Todos	Ginásio 1
19:30	Aula de Yoga	Todos	Ginásio 5

25 de setembro 4ª feira			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
20:40	Aula de Natação	+ de 14 anos	Piscina

26 de setembro 5ª feira			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
17:00	Aula Ginástica Formativa Mista	Crianças 3-5 anos	Ginásio 4
17:45	Aula Ginástica Formativa Mista	Crianças 6-10 anos	Ginásio 4
18:45	Aula Team Gym	+ de 10	Ginásio 3
17:30	Minibasquete	Crianças 4-12 anos	Pavilhão 1
19:30	Aula de Pilates	Todos	Ginásio 5

27 de setembro 6ª feira			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
17:30	Minibasquete	Crianças 4-12 anos	Pavilhão 1
20:40	Aula de Natação	+ de 14 anos	Piscina
18:00	Aula de Esgrima	Todos	Ginásio 1
19:00	Aula de Esgrima	Todos	Ginásio 1
20:00	Aula de Esgrima	Todos	Ginásio 1

28 de setembro sábado			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
9h-13h	Manhã Aberta – Sala de Exercício e Saúde	Todos	Sala de Exercício e Saúde
18:00	Aula de Natação	+ de 14 anos	Piscina

29 de setembro domingo			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
09:20	Aula de Natação	+ de 14 anos	Piscina

30 de setembro 2ª feira			
Hora	Atividade	Destinatários	Local
17:00	Aula Ginástica Formativa Mista	Crianças 3-5 anos	Ginásio 4
17:45	Aula Ginástica Formativa Mista	Crianças 6-10 anos	Ginásio 4
18:45	Aula Team Gym	+ de 10	Ginásio 3
20:40	Aula de Natação	+ de 14 anos	Piscina