

CAMP DE FÉRIAS DESPORTIVAS U.PORTO

VERÃO 2020



Grupo
5

Programa

Semana ativa

6 a 10 de julho 2020

Segunda

Terça

Quarta

Quinta

Sexta

9.00 - 9.30	Higienização e Acreditação	Higienização e Acreditação	Higienização e Acreditação	Higienização e Acreditação	Higienização e Acreditação
9.40 - 10.00	Briefing sobre as regras	Jogo lúdico	Jogo lúdico	Jogo lúdico	Jogo lúdico
10.00 - 10.45	Quebra - Gelo + Jogo lúdico	Futsal	Xadrez	Floorball	Karaté
10.45 - 11.00	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal
11.00 - 11.45	Badminton	Frisbee	Jogos Tradicionais	Aqua Games	Aqua Games
11.45 - 12.30	Voleibol	Boccia	Basquetebol	Aqua Games	Aqua Games
12.30 - 13.30	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante	Almoço Volante
13.30 - 14.30	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa	Sesta Ativa
14.30 - 15.15	Aqua Games	Aqua Games	Aqua Games	Tai-Chi	Caça ao Tesouro
15.15 - 16.00	Aqua Games	Aqua Games	Aqua Games	Circuito Olímpico	Caça ao Tesouro
16.00 - 16.15	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
16.15 - 17.30	Ténis	Hip Hop	Atletismo	Ténis de Mesa	Festa Encerramento
17.30 - 18.00	Recolha crianças	Recolha crianças	Recolha crianças	Recolha crianças	Recolha crianças
18.00 - 18.30	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento