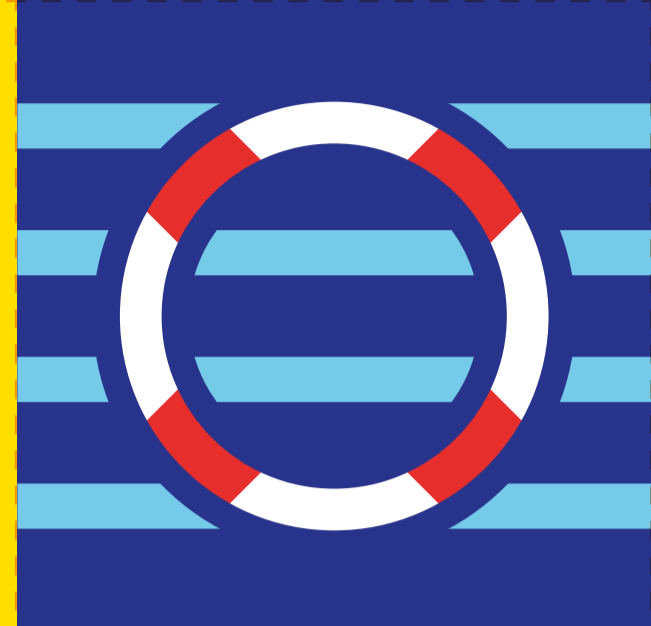


CAMP DE FÉRIAS DESPORTIVAS U.PORTO

VERÃO 2020

U.PORTO

U. CENTRO DE DESPORTO UNIVERSIDADE DO PORTO



Grupo
1

Programa

Semana Muito Mais do que Desporto
20 a 24 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 | Ritmos Brasileiros | Boccia | Atletismo | Circuito Olímpico |
| 10.45 - 11.00 | Reforço Matinal | Reforço Matinal | Reforço Matinal | Reforço Matinal | Reforço Matinal |
| 11.00 - 11.45 | Tênis | Voleibol | Aqua Games | Aqua Games | Aqua Games |
| 11.45 - 12.30 | Futsal | Frisbee | Aqua Games | 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 | Basquetebol | Pilates | Judo |
| 15.15 - 16.00 | Aqua Games | Aqua Games | Xadrez | Caça ao Tesouro | Floorball |
| 16.00 - 16.15 | Lanche | Lanche | Lanche | Lanche | Lanche |
| 16.15 - 17.30 | Tênis de Mesa | Badminton | Jogos Tradicionais | Caça ao Tesouro | 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 |