



ATIVIDADES RÍTMICAS EXPRESSIVAS (ARE)

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. Responsável: Eduarda Gomes (Ana Macedo) (ES D. MARIA II)

Horário: 4ª feira: 14.30h às 16h

5ª feira: 16.55h às 17.40h



BADMINTON

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. Responsável: Paulo Rafael Leal (ES D. MARIA II)

Horário: 3ª feira: 17.40h às 18.25h e 5ª: 16.55h às 18.25h



DESPORTO ADAPTADO

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. Responsável: Sérgio Veiga (EB LAMAÇÃES)

Horário: 2ª feira: 10.05h às 11.35h e 4ª feira: 10.50h às 11.35h

Prof. Responsável: Leonor Rocha (ES D. MARIA II)

Horário: 6ª feira: 11.45h às 13.15h



DE ESCOLA ATIVA

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. Responsável: Eva Silva (EB LAMAÇÃES)

Horário: 3ª feira: 14.15h às 15h e 4ª feira: 14.15h às 16h

Prof. Responsável: Paulo Rafael (ES D. MARIA II)

Horário: 2ª feira: 16.55h às 18.25h e 3ª feira: 16.55h às 17.40h



BTT e DE SOBRE RODAS

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. Responsável: Pedro Vilhena (EB LAMAÇÃES)

Horário DE sobre Rodas: 3ª feira: 16.55h às 18.25h e 4ª feira: 14.15h às 15h

Horário BTT: 4ª feira: 15.15h às 16.45h e 6ª feira: 14.15h às 15h



VOLEIBOL

ESCALÃO: Infantis B Misto (Sub 13) (nascidos em 2013 e 2014)

Prof. Responsável: Marta Alves (EB LAMAÇÃES)

Horário: 2ª feira: 16.55h às 18.25h e 3ª feira: 16.55h às 17.40h

ESCALÃO: Iniciados Masculinos (Sub 15) (nascidos em 2011 e 2012)

Prof. Responsável: Marta Alves (EB LAMAÇÃES)

Horário: 3ª feira: 16.55h às 17.40h e 5ª feira: 16.55h às 18.25h

ESCALÃO: Iniciados Femininos (Sub 15) (nascidos em 2011 e 2012)

Prof. Responsável: Guilhermina Rodrigues (EB LAMAÇÃES)

Horário: 2ª feira: 18.30h às 19.15h e 6ª feira: 16.55h às 18.25h

ESCALÃO: Iniciados Femininos (Sub 15) (Federado) (nascidos em 2011 e 2012)

Prof. Responsável: Guilhermina Rodrigues (EB LAMAÇÃES)

Horário: 2ª feira: 19.15 às 20.30h e 4ª e 6ª feira: 18.30h às 20.30h

ESCALÃO: Juvenis Femininos (Sub 18) (nascidos em 2008 e 2010)

Prof. Responsável: Sofia Leite (ES D. MARIA II)

Horário: 2ª feira: 16.55h às 17.40h e 6ª feira: 16.55h até às 18.25h

ESCALÃO: Juvenis Masculinos (Sub 18) (nascidos em 2008 e 2010)

Prof. Responsável: Anabela Vieira (ES D. MARIA II)

Horário: 3ª feira: 16.55h às 17.40h e 4ª feira: 15.15h às 16.45h



NATAÇÃO

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. responsável: Gualter Neves (PISCINAS MUNICIPAIS RODOVIA)

Horário: 3ª, 4ª e 5ª feira: 13.30h até às 14.30h



XADREZ

ESCALÃO: Vários /Misto

Prof. responsável: Ricardo Almeida (ES D. MARIA II)

Horário: 3ª feira: 14.15h até às 15h (ES D. Maria II)

4ª feira: 14.15h até às 16h (EB Lamações)

