



PLANO DE ATIVIDADES

1ª Semana – 30 junho a 4 de julho 2025

Horário \ Dia	2ª Feira – 30 JUNHO	3ª Feira – 1 JULHO	4ª Feira – 2 JULHO	5ª Feira – 3 JULHO	6ª Feira – 4 JULHO
Local de Encontro →	Escola	Escola	Escola	Escola	Escola
09:00 – 09:15	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
09:15 – 12:00	Jogos Lúdicos	Atividades aquáticas	Passeio Pedestre	Jogos Tradicionais	Orientação
Local de Encontro →	Escola	Escola	Escola	Escola	Escola
14:00 – 14:15	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
14:15 – 17:00	Voleibol	Basquetebol	Atividades aquáticas	Hóquei em campo	Atividades aquáticas

Nota:

- O plano de atividades poderá sofrer alteração;
- Deverá trazer sempre chapéu, água, lanche da manhã e da tarde;



FÉRIAS DESPORTIVAS VERÃO 2025

PLANO DE ATIVIDADES

2ª Semana – 7 julho a 11 de julho 2025

Horário \ Dia	2ª Feira – 7 JULHO	3ª Feira – 8 JULHO	4ª Feira – 9 JULHO	5ª Feira – 10 JULHO	6ª Feira – 11 JULHO
Local de Encontro →	Escola	Escola	Escola	Escola	Escola
09:00 – 09:15	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
09:15 – 12:00	Passeio Pedestre	Cinema	Praia Fluvial de Cardigos	Ténis de Mesa	Futevólei
Local de Encontro →	Escola	Escola		Escola	Escola
14:00 – 14:15	Receção	Receção		Receção	Receção
14:15 – 17:00	Futebol Futsal	Atividades aquáticas		Badmington	Atividades aquáticas

Nota:

- O plano de atividades poderá sofrer alteração;
- Deverá trazer sempre chapéu, água, lanche da manhã e da tarde;



FÉRIAS DESPORTIVAS VERÃO 2025

PLANO DE ATIVIDADES

3ª Semana – 14 julho a 18 de julho 2025

Horário \ Dia	2ª Feira – 14 JULHO	3ª Feira – 15 JULHO	4ª Feira – 16 JULHO	5ª Feira – 17 JULHO	6ª Feira – 18 JULHO
Local de Encontro →	Escola	Escola	Escola	Escola	Escola
09:00 – 09:15	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
09:15 – 12:00	Praia Fluvial Penedo Furado	Jogos Lúdicos	Cinema	Piscina De Galveias	Ténis
Local de Encontro →		Escola	Escola		Escola
14:00 – 14:15		Receção	Receção		Receção
14:15 – 17:00		Atividades aquáticas	Jogos Desportivos Coletivos		Atividades aquáticas

Nota:

- O plano de atividades poderá sofrer alteração;
- Deverá trazer sempre chapéu, água, lanche da manhã e da tarde;

FÉRIAS DESPORTIVAS VERÃO 2025

PLANO DE ATIVIDADES

4ª Semana – 21 julho a 25 de julho 2025

Horário \ Dia	2ª Feira – 21 JULHO	3ª Feira – 22 JULHO	4ª Feira – 23 JULHO	5ª Feira – 24 JULHO	6ª Feira – 25 JULHO
Local de Encontro →	Escola	Escola	Escola	Escola	Escola
09:00 – 09:15	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
09:15 – 12:00	Passeio Pedestre	Voleibol	Praia Fluvial Do Alamal	Cinema	Walking Football
Local de Encontro →	Escola	Escola		Escola	Escola
14:00 – 14:15	Receção	Receção		Receção	Receção
14:15 – 17:00	Basket 3x3	Atividades aquáticas		Dinâmicas de grupo	Atividades aquáticas

Nota:

- O plano de atividades poderá sofrer alteração;
- Deverá trazer sempre chapéu, água, lanche da manhã e da tarde;



FÉRIAS DESPORTIVAS VERÃO 2025

PLANO DE ATIVIDADES

5ª Semana – 28 julho a 1 de agosto 2025

Horário \ Dia	2ª Feira – 28 JULHO	3ª Feira – 29 JULHO	4ª Feira – 30 JULHO	5ª Feira – 31 JULHO	6ª Feira – 1 AGOSTO
Local de Encontro →	Escola	Escola	Escola	Escola	Escola
09:00 – 09:15	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
09:15 – 12:00	Passeio recreativo	Centro de Ciência Viva Alviela + Praia Fluvial Olhos de Água	Ténis de Mesa	Dança	Praia de Peniche (Baleal)
Local de Encontro →	Escola		Escola	Escola	
14:00 – 14:15	Receção		Receção	Receção	
14:15 – 17:00	Batalhas de Balões de água		Atividades aquáticas	Atividades aquáticas	

Nota:

- O plano de atividades poderá sofrer alteração;
- Deverá trazer sempre chapéu, água, lanche da manhã e da tarde;