



## SEMANA LÚDICO-DESPORTIVA (nascidos entre 2013 e 2018):

**Turno 1:** de 06 a 10 de julho

**Turno 3:** de 20 a 24 de julho

**Turno 2:** de 13 a 17 de julho

**Turno 4:** de 27 a 31 de julho

Semana Lúdico-Desportiva – PLANO DE ATIVIDADES					
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	<b>Pavilhão 2000</b> Jogos Diversos Desportos Coletivos e individuais	<b>Visita à Torre Pentagonal (Dornes)</b> <b>Atividades Aquáticas</b> <b>Percurso Biodiversidade</b>	<b>Parque Aquático</b> (Pombal)	<b>Atividades Náuticas na Bairrada</b> Boia / Banana	<b>Visita ao Museu Nacional Ferroviário</b> (Entroncamento)
Almoço	Trazem de casa				
Tarde	<b>Piscina Municipal</b> Atividades Aquáticas Jogos Aquáticos	<b>Atividades Náuticas</b> (Dornes)	<b>Parque Aquático</b> (Pombal)	<b>Atividades Náuticas na Bairrada</b> Boia / Banana	<b>Atividades Lúdicas na Megaland</b> (Torres Novas)

### PROGRAMA HORÁRIO DETALHADO:

#### **SEGUNDA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**9H00** – Receção dos participantes, informação de regras e formação de grupos (**Pavilhão Municipal**)

**9H30** – Atividades desportivas e Jogos diversos (**Pavilhão Municipal e Campo sintético de Futebol**)

**12H30** – Almoço (**Pavilhão Municipal**)

**14H00** – Atividades Aquáticas (**Piscina Municipal**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **TERÇA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**9H30** – Início das atividades (**Dornes**)

**12H00** – Almoço Lagar São Guilherme (**Dornes**)

**13H00** – Jogos Diversos (**Dornes**)

**14H00** – Atividades Náuticas no Rio (**Dornes**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **QUARTA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**10H00** – Atividades Aquáticas no Parque Aquático (**Pombal**)

**12H30** – Almoço (**Pombal**)

**13H00** – Jogos Diversos (**Pombal**)

**14H00** – Atividades Aquáticas no Parque Aquático (**Pombal**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **QUINTA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**9H30** – Início das Atividades Aquáticas (**Bairrada**)

**12H30** – Almoço (**Bairrada**)

**13H30** – Jogos Diversos (**Bairrada**)

**14H00** – Atividades Náuticas no Rio (**Bairrada**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **SEXTA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**10H00** – Visita ao Museu Nacional Rodoviário (**Entroncamento**)

**12H30** – Almoço

**14H30** – Atividades na Megaland (**Torres Novas**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes



## VERÃO EM AÇÃO (nascidos entre 2008 e 2012):

**Turno 5:** de 03 a 07 de agosto

**Turno 6:** de 10 a 14 de agosto

<b>Verão em Ação – PLANO DE ATIVIDADES</b>					
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	<b>Atividades náuticas no Lago Azul</b> Iniciação Wakeboard e Boia	<b>Canoagem</b> (Dornes)	<b>Parque Aquático</b> (Pombal)	<b>Paintball</b>	<b>Karting</b> (Abrantes)
Almoço	Trazem de casa				
Tarde	<b>Atividades náuticas no Lago Azul</b> Iniciação Wakeboard e Boia	<b>Atividades náuticas</b> (Dornes) Banana	<b>Parque Aquático</b> (Pombal)	<b>Atividades náuticas</b> (Bairrada)	<b>Atividades Aquáticas</b> Praia Fluvial de Fontes (Abrantes)

### **PROGRAMA HORÁRIO DETALHADO:**

#### **SEGUNDA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**9H30** – Início das Atividades Náuticas no Rio (**Lago Azul**)

**12H30** – Almoço (**Lago Azul**)

**13H30** – Jogos Diversos (**Lago Azul**)

**14H00** – Atividades Náuticas no Rio (**Lago Azul**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

**13H30** – Jogos Diversos (**Pombal**)

**14H00** – Atividades Aquáticas no Parque Aquático (**Pombal**)

**17H30** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **QUINTA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**9H30** – Início da atividade de Paintball

**12H30** – Almoço (**Bairrada**)

**13H30** – Jogos Diversos (**Bairrada**)

**14H00** – Atividades Náuticas no Rio (**Bairrada**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **TERÇA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**9H30** – Início das Atividades Aquáticas (**Dornes**)

**12H00** – Almoço Lagar São Guilherme (**Dornes**)

**13H00** – Jogos Diversos (**Dornes**)

**14H00** – Atividades Náuticas no Rio (**Dornes**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **SEXTA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**10H00** – Início da atividade de Karting (**Abrantes**)

**12H00** – Almoço (**Abrantes**)

**14H00** – Atividades Aquáticas (**Praia Fluvial de Fontes**)

**17H00** – Final do dia de atividades e distribuição dos participantes

#### **QUARTA-FEIRA:**

Recursos humanos: 5 Técnicos

**8H00** – Início dos transportes

**10H00** – Atividades Aquáticas no Parque Aquático (**Pombal**)

**12H30** – Almoço (**Pombal**)