

NÚCLEO DA MEXILHOEIRA GRANDE - 3º TURNO

		1.ª SEMANA 22 A 26 JULHO		
		GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
		6 aos 8 ANOS	9 aos 11 ANOS	12 aos 16 ANOS
22 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	FORMAÇÃO DE GRUPOS / JOGOS DE APRESENTAÇÃO		
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	BASQUETEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
23 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	VOLEIBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	ANDEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
24 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	MINI-RUGBY COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	BADMINTON PAV. ESC. MEX. GRANDE	BASQUETEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
25 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	MINI-TÊNIS COMPLEXO MUNICIPAL DE TÊNIS	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	DANÇA DE SALÃO GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
26 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	Futebol 7 COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO LEVAR ALMOÇO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		BADMINTON PAV. ESC. MEX. GRANDE
	14.30 - 17.00	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	DANÇAS DE SALÃO GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		

2.ª SEMANA | 29 JULHO A 2 AGOSTO

		2.ª SEMANA 29 JULHO A 2 AGOSTO		
		GRUPO A 6 aos 8 ANOS	GRUPO B 9 aos 11 ANOS	GRUPO C 12 aos 16 ANOS
29 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	DANÇA DE SALÃO GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	TÊNIS COMPLEXO MUNICIPAL DE TÊNIS	BASQUETEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
30 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	MINI-TÊNIS COMPLEXO MUNICIPAL DE TÊNIS	NATAÇÃO LEVAR ALMOÇO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	SURF / BODYBOARD PRAIA DA MARINA	TÊNIS COMPLEXO MUNICIPAL DE TÊNIS
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
31 JULHO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	FUTEBOL 7 COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	MINI-RUGBY COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	ANEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
1 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	FUTEBOL 7 COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	BADMINTON PAV. ESC. MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	BADMINTON PAV. ESC. MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEX. GRANDE		
2 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	NATAÇÃO LEVAR ALMOÇO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	FUTEBOL 7 COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	SURF PRAIA DA MARINA	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	TORNEIO DE ANEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		

		3ª SEMANA 5 A 9 AGOSTO		
		GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
		6 aos 8 ANOS	6 aos 8 ANOS	6 aos 8 ANOS
5 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	JOGOS DE PRAIA PRAIA DA RESTIGA (ALVOR)	JOGOS DE PRAIA PRAIA DA RESTIGA (ALVOR)	JOGOS DE PRAIA PRAIA DA RESTIGA (ALVOR)
	12.00 - 14.00	LEVAR ALMOÇO	LEVAR ALMOÇO	LEVAR ALMOÇO
	14.30 - 17.30	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	BASQUETEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE	BADMINTON PAV. ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
6 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	BASQUETEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE	BADMINTON PAV. ESC. MEX. GRANDE	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
7 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE	NATAÇÃO COMPLEXO DESPORTIVO MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	ANDEBOL PAV. ESC. MEX. GRANDE	DANÇAS DE SALÃO GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
8 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE	ATIVIDADES GÍMNICAS GINÁSIO ESC. MEX. GRANDE
	12.00 - 14.00	ALMOÇO / PAUSA		
	14.30 - 17.30	JOGOS DE ÁGUA COMPLEXO DESPORTIVO DA MEX. GRANDE		
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
9 AGOSTO	09.00 - 09.30	RECEÇÃO DOS PARTICIPANTES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		
	09.30 - 12.00	COMPLEXO DESPORTIVO DA MEX. GRANDE / JOGOS		
	12.00 - 14.00	PIC-NIC LEVAR ALMOÇO		
	14.30 - 17.00	COMPLEXO DESPORTIVO DA MEX. GRANDE / JOGOS		
	17.30 - 18.00	FINAL DAS ATIVIDADES - COMPLEXO DESPORTIVO DA MEXILHOEIRA GRANDE		

INFORMAÇÕES

- > É obrigatório o uso diário da t-shirt, boné e mochila das Férias Desportivas e a utilização de protetor solar. Devem ainda os participantes trazer uma garrafa de água e lanche.
- > Na modalidade de **Natação**, os participantes têm de trazer fato de banho, toalha e chinelos e nas modalidades desportivas praticadas em pavilhão e ginásio é obrigatório o uso de sapatilhas e interdita a utilização de calçado vindo do exterior.