

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS Verão 2025

Plano de Atividades/Cronograma

	30/06	01/07	02/07	03/07	04/07
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	EBNA Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Suporte Básico de Vida (BV Carregal do Sal) Atividades Aquáticas	Atividades Recreativas Atividades Aquáticas	Caminhada Ecológica	Reciclagem e Reutilização Atelier Criativo	Atividades Aquáticas
12:30	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas	Jogos de Tabuleiro	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas
	07/07	08/07	09/07	10/07	11/07
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Museu Municipal	Parque Alzira Cláudio	Freguesia Cabanas de Viriato	EBNA Piscinas Municipais
	Laboratório Móvel das Ciências Estação Náutica	Visita Museu	CLDS 5G	Sport Cabanas de Viriato e Benfica	Música/ Yoga/ Nutrição Atividades Aquáticas
12:30	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	Piquenique Junta de Freguesia	ALMOÇO
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	Pavilhão Municipal	Parque Alzira Cláudio	Freguesia Cabanas de Viriato	EBNA Piscinas Municipais
	Laboratório Móvel das Ciências	Boccia Atividades Aquáticas	CLDS 5G	BV Cabanas de Viriato MASM	Música/ Yoga/ Nutrição Atividades Aquáticas

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS Verão 2025

Plano de Atividades/Cronograma

	14/07	15/07	16/07	17/07	18/07
8:45 - 12:30	TONDELA	Pavilhão Municipal	Estádio Nª Senhora das Febres	Jardim Prof. Amélia Pina	Piscinas Municipais
	Águas do Planalto	KickBoxing	Futebol	Gap Year Portugal	Invenções e Criatividade
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	TONDELA	Farmácia Moderna	NACO Piscinas Municipais	NACO Piscinas Municipais	Farmácia Moderna
	Águas do Planalto	Veterinária na Farmácia	Jogos Teatrais Atividades Aquáticas	Jogos Teatrais Atividades Aquáticas	Primeiros Socorros Psicológicos na Farmácia
	21/07	22/07	23/07	24/07	25/07
8:45 - 12:30		IPSS	IPSS	IPSS	CERVAS
	Feriado Municipal	Semana dos Avós	Semana dos Avós	Semana dos Avós	Visita Cervas
12:30		<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30		IPSS	IPSS	IPSS	Gouveia
	Feriado Municipal	Semana dos Avós	Semana dos Avós	Semana dos Avós	Parque Ecológico

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS Verão 2025

Plano de Atividades/Cronograma

	28/07	29/07	30/07	31/07	01/08
8:45 - 12:30	Bombeiros Voluntários Carregal do Sal	Parque Alzira Cláudio	Oliveira do Conde	Pavilhão Municipal	
	Visita Quartel	Atividades Lúdicas Núcleo Museológico Escolas Primárias	Visita a Associação Zés Pereiras	Futsal	“Ser + Social” Gincana de Jogos Tradicionais
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>Piquenique Junta de Freguesia</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Farmácia Moderna	Piscinas Municipais	Oliveira do Conde	EBNA Piscinas Municipais	Pavilhão Escola Secundária
	Sensibilização para o Cancro Cutâneo	Atividades Aquáticas	Peddy Paper na Azenha	Aula da dança (Hip-Hop, Danças do Mundo) Jogo das Estátuas Musicais Atividades Aquáticas	Ténis de Mesa Atividades Aquáticas
	04/08	05/08	06/08	07/08	08/08
8:45 - 12:30	Pavilhão Escola Secundária Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Freguesia de Carregal do Sal	Pavilhão Municipal	Piscinas Municipais
	Associação de Pais e Encarregados de Educação Karaté Atividades Aquáticas	Zumba Kids Atividades Aquáticas	Manhã na Freguesia	Basquetebol	Prevenção Rodoviária (Ciclismo na Rua)
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>Piquenique Junta de Freguesia</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	EBNA Piscinas Municipais	EBNA Piscinas Municipais	Freguesia de Parada	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais
	Criação de Super-Heróis Atividades Aquáticas	Caça ao Tesouro Atividades Aquáticas	Tarde na Freguesia	Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS Verão 2025

Plano de Atividades/Cronograma

	11/08	12/08	13/08	14/08	15/08
8:45 - 12:30	Ginásio AdeFitness	Parque Alzira Cláudio	Senhora da Ribeira Pinheiro de Azere	Piscinas Municipais	Feriado
	Visita - Atividades	Ténis	Atividades Natureza Canoagem; Slide; Paddle; Paintball	Jogos de Água Corrida de balões; Guerra de esponjas	
12:30	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	
14:30 - 17:30	Mercado D'Ideias	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Feriado
	Workshop Culinária	Atividades Aquáticas	Atividades Recreativas Atividades Aquáticas	Jogos de Água Corrida de balões; Guerra de esponjas	
	18/08	19/08	20/08	21/08	22/08
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	EBNA Piscinas Municipais	Fiais da Telha	Piscinas Municipais	Tondela
	Atividades Aquáticas	Ambientes Computacionais Atividades Aquáticas	Orca dos Troiscos Escavações Arqueológicas	"Ser + Social"	Planalto Beirão
12:30	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	EBNA Piscinas Municipais	Mercado D'Ideias Piscinas Municipais	Piscinas Municipais	Tondela
	Atividades Aquáticas	Ambientes Computacionais Atividades Aquáticas	Karaoke Atividades Aquáticas	Atividades Aquáticas	Planalto Beirão

FÉRIAS DESPORTIVAS MUNICIPAIS Verão 2025

Plano de Atividades/Cronograma

	25/08	26/08	27/08	28/08	29/08
8:45 - 12:30	Piscinas Municipais	Pavilhão Municipal	Freguesia Beijós	Piscinas Municipais	Museu da Farmácia Porto
	Jogos s/ Fronteiras	Andebol	Manhã na Freguesia	Atividades Criativas e Tranquilas	Atelier
12:30	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>Piquenique Junta de Freguesia</i>	<i>ALMOÇO</i>	<i>ALMOÇO</i>
14:30 - 17:30	Piscinas Municipais	Centro Cultural Piscinas Municipais	Freguesia Beijós	Piscinas Municipais	Museu da Farmácia Porto
	Atividades Aquáticas	Cinema Atividades Aquáticas	Tarde na Freguesia	Atividades Aquáticas	Atelier

Notas: As atividades estão sujeitas a alterações.

Nos dias **25 de julho e 29 de agosto** o almoço é da responsabilidade dos participantes das Férias Desportivas.