

**PLANO DE ATIVIDADES
VIII FÉRIAS DESPORTIVAS 2023**

Semana 1: de 03 a 07 Julho		
	Manhã	Tarde
Segunda 03	Sessão Boas Vindas	Atividades Desportivas Sessão Demonstrativa Suporte Básico de Vida
	Praia da Aguda + Caminhada (Grup1)	
Terça 04	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 2)	Atividades Desportivas Piscina Outras Atividades de interesse ao grupo*
Quarta 05	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 3)	Tarde Desporto: Basquetebol pelo Basquetbol Clube de Gaia Piscina
Quinta 06	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 4)	Atividades Desportivas Outras Atividades de interesse ao grupo* Piscina
Sexta 07	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 5)	Tarde Cinema no Auditório Maestro José Gomes ** Filme: Os Campeões

INFORMAÇÕES PERTINENTES

Aplicar protetor solar antes de sair de casa

Roupa Desportiva para as tardes (incluir + 1 tshirt para mudar após término das atividades)

NOTA IMPORTANTE: trazer sapatilhas para participar desporto

Artigos de Praia/ Piscina: fato banho/biquini/ calções; chinelos, protetor solar, boné, toalha de praia

* Outras Atividades de Interesse ao Grupo: possibilidade de desenvolver atividades propostas pelo Grupo

**Na tarde de cinema a deslocação entre Escola e Auditório é realizada a pé, com acompanhamento e supervisão da GNR

A UF Grijó Sermonde, reserva-se ao direito de alterar as atividades, por razões de segurança, condições climáticas,ou outras.

Artigos totalmente dispensáveis: TELEMÓVEIS

É proibido o uso do telemóvel durante o periodo das atividades.
Para qualquer informação pertinente por favor ligar 911970368 Diana Pinto

**PLANO DE ATIVIDADES
VIII FÉRIAS DESPORTIVAS 2023**

Semana 2: de 10 a 14 Julho		
	Manhã	Tarde
Segunda 10	Sessão Boas Vindas Praia da Aguda + Caminhada (Grup 1)	Atividades Desportivas Piscina Outras Atividades de interesse ao grupo*
Terça 11	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 2)	Atividades Desportivas Piscina Sessão Prevenção Violência Grupo 1
Quarta 12	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 3)	Tarde Desporto Adaptado em cadeira de rodas Piscina
Quinta 13	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 4 e 5)	Atividades Desportivas Piscina Sessão Prevenção Violência Grupo 2
Sexta 14	Praia da Aguda + Caminhada(Grup 4 e 5)	Atividades Desportivas Piscina Festa Encerramento das Férias Desportivas

INFORMAÇÕES PERTINENTES

Aplicar protetor solar antes de sair de casa

Roupa Desportiva para as tardes (incluir + 1 tshirt para mudar após término das atividades)

NOTA IMPORTANTE: trazer sapatilhas para participar desporto

Artigos de Praia/ Piscina: fato banho/biquini/ calções; chinelos, protetor solar, boné, toalha de praia

* Outras Atividades de Interesse ao Grupo: possibilidade de desenvolver atividades propostas pelo Grupo

A UF Grijó Sermonde, reserva-se ao direito de alterar as atividades, por razões de segurança, condições climáticas, ou outras.

Artigos totalmente dispensáveis: TELEMÓVEIS

É proibido o uso do telemóvel durante o período das atividades.
Para qualquer informação pertinente por favor ligar 911970368 Diana Pinto