

Horário Férias Desportivas Verão 2016

Semana 4 julho a 8 julho

Horas/atividades	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
09:00 – 09:30	Receção na Piscina	Receção no CNP	Receção no CAR	Receção na Piscina	Receção na Piscina
09:30 – 10:15	Introdução ao Surf/ Estafetas	Canoagem	Surf	Polo Aquático	Visita Vaivém Oceanário (Praia do Baleal)
10:15 – 11:00	Introdução ao Surf/ Estafetas	Canoagem	Surf	Estafetas/Jogos aquáticos	Visita Vaivém Oceanário (Praia do Baleal)
11:00 – 11:30	Lanche	Canoagem	Surf	Lanche	Lanche
11:30 – 12:30	Introdução ao Surf/ Estafetas	Canoagem	Surf	Natação	Visita Vaivém Oceanário (Praia do Baleal)
14:30 – 15:00	Receção na Piscina	Receção na Piscina	Receção no Car	Receção na Piscina	Receção na Piscina
15:00 – 16:00	Natação	Praia	Atividades no CAR	Sincronizada	Natação
16:00 – 16:30	Lanche	Praia	Atividades no CAR	Lanche	Lanche
16:30 – 17:15	Jogos no exterior	Praia	Atividades no CAR	Atividades no exterior	Atelier/ lanche

Legenda:

CNP – Clube Naval Peniche

CAR – Centro Alto Rendimento do Surf- Baleal Sol Vilage 2.

Praia – Praia da Gamboa

Surf – Esta atividade depende das condições climatéricas