

Desporto Escolar 2026/27

Vem fazer parte da nossa equipa!

Sabias que o exercício físico melhora o rendimento escolar? A atividade física promove: bem-estar psicológico; estimula sentimentos de solidariedade de amizade e cooperação; diminui a obesidade; funciona como redutor do stress e ansiedade.

Não fiques parado! Vem praticar Desporto Escolar!

ESCOLHE A TUA MODALIDADE!

Professor	Modalidade	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Pedro Santos	Voleibol INF Misto	17h20 19h00		14h20 15h10		
Jorge Rodrigues	Futsal INF B	17h20 19h00				18h15 19h05
Nuno	DE+ (Andebol)		18h15 19h30		17h15 18h30	
Anabela Bastos	DE+ Rope skipping (Cordas)	18h30* 20h00		18h15 19h55		18h30* 20h00
Anabela Bastos	DE+ (Voleibol)					14h20 15h10
José Pedro	Voleibol Iniciados		18h15 19h45			18h15 19h05
Anabela Bastos	Sobre Rodas Misto		12h10 13h00	13h30 15h00 (1ciclo)		
Rui Freitas	Xadrez Misto			14h20 16h15		13h20 14h10
Branca	Ténis de Mesa		15h20 17h00		15h25 15h15	
Ana C. Noronha	Desporto Adaptado		14h20 16h00		16h25 17h15	

*Treinos de Competição APRS protocolo ASA

Coordenadora do Desporto Escolar: Anabela Oliveira Paiva Bastos