



# FÉRIAS DESPORTIVAS VERÃO

27 JUNHO A 29 JULHO DE 2016

## 1.ª SEMANA: 27 de junho a 1 de julho

DIA <b>27/06</b> 2.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   JOGOS</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>ATLETISMO   FUTEBOL</b>	Escola Secundária de Pinhal Novo
DIA <b>28/06</b> 3.ª feira	9h30m – 12h30m <b>BASQUETEBOL   BADMINTON</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>ANDEBOL   GINÁSTICA</b>	
DIA <b>29/06</b> 4.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   JOGOS</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>TÊNIS   BITOQUE RUGBY</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
DIA <b>30/06</b> 5.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   AIKIDO</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS   CAÇA AO TESOURO</b>	
DIA <b>01/07</b> 6.ª feira	9h30m – 12h30m <b>CAMINHADA</b>	Serra do Louro - Quinta do Anjo - Cabanas
	14h30m – 17h30m <b>PIC NIC   JOGOS</b>	Parque de Merendas de São Gonçalo - Cabanas

## 2.ª SEMANA: 4 a 8 de julho

DIA <b>04/07</b> 2.ª feira	9h30m – 12h30m <b>GINÁSTICA   VOLEIBOL</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>ATLETISMO   ANDEBOL</b>	
DIA <b>05/07</b> 3.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   JOGOS</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>VOLEIBOL   JOGOS</b>	
DIA <b>06/07</b> 4.ª feira	9h30m – 12h30m <b>FUTEBOL   BASQUETEBOL</b>	Escola Secundária de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>NATAÇÃO   JOGOS TRADICIONAIS</b>	Piscina de Pinhal Novo
DIA <b>07/07</b> 5.ª feira	9h30m – 12h30m <b>TÊNIS   BADMINTON</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>RUGBY   AIKIDO</b>	Piscina de Pinhal Novo
	<b>NOITE NA PISCINA *</b>	
DIA <b>08/07</b> 6.ª feira	9h30m – 12h30m <b>HIDROKIDS   POLO AQUÁTICO</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS AQUÁTICOS</b>	

## 3.ª SEMANA: 11 a 15 de julho

DIA <b>11/07</b> 2.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   RUGBY</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>ATLETISMO   TÊNIS</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
DIA <b>12/07</b> 3.ª feira	9h30m – 12h30m <b>BASQUETEBOL   BADMINTON</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS   NATAÇÃO</b>	Piscina de Pinhal Novo
DIA <b>13/07</b> 4.ª feira	9h30m – 12h30m <b>CAMINHADA</b>	Serra do Louro - Palmela
	14h30m – 17h30m <b>PEDDY PAPER</b>	Castelo de Palmela
DIA <b>14/07</b> 5.ª feira	9h30m – 12h30m <b>ANDEBOL   VOLEIBOL</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS   AIKIDO</b>	Piscina de Pinhal Novo
DIA <b>15/07</b> 6.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   FUTEBOL</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS AQUÁTICOS</b>	

## 4.ª SEMANA: 18 a 22 de julho

DIA <b>18/07</b> 2.ª feira	9h30m – 12h30m <b>ATLETISMO   TÊNIS</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS   AIKIDO</b>	Piscina de Pinhal Novo
DIA <b>19/07</b> 3.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   BASQUETEBOL</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>GINÁSTICA   VOLEIBOL</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
DIA <b>20/07</b> 4.ª feira	9h30m – 12h30m <b>FUTEBOL   BADMINTON</b>	Escola Secundária de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS TRADICIONAIS   NATAÇÃO</b>	Piscina de Pinhal Novo
DIA <b>21/07</b> 5.ª feira	9h30m – 12h30m <b>VOLEIBOL   RUGBY</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>ATLETISMO   ANDEBOL</b>	
DIA <b>22/07</b> 6.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   ZUMBA KIDS</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS AQUÁTICOS</b>	

## 5.ª SEMANA: 25 a 29 de julho

DIA <b>25/07</b> 2.ª feira	9h30m – 12h30m <b>CAMINHADA</b>	Serra da Arrábida - Picheleiros - Azeitão
	14h30m – 17h30m <b>PIC-NIC   JOGOS</b>	
DIA <b>26/07</b> 3.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   JOGOS</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>GINÁSTICA   VOLEIBOL</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
DIA <b>27/07</b> 4.ª feira	9h30m – 12h30m <b>FUTEBOL   ANDEBOL</b>	Escola Secundária de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS   NATAÇÃO</b>	Piscina de Pinhal Novo
DIA <b>28/07</b> 5.ª feira	9h30m – 12h30m <b>VOLEIBOL   RUGBY</b>	Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS   AIKIDO</b>	Piscina de Pinhal Novo
	<b>NOITE NA PISCINA *</b>	
DIA <b>29/07</b> 6.ª feira	9h30m – 12h30m <b>NATAÇÃO   ZUMBA KIDS</b>	Piscina de Pinhal Novo
	14h30m – 17h30m <b>JOGOS AQUÁTICOS</b>	

\* Nos dias em que a atividade "Noite na Piscina" está prevista (dias 7 e 28 – quintas-feiras), a **dormida é obrigatória** e será realizada nas salas de exercício em grupo da Piscina de Pinhal Novo. Esta atividade só se realizará com o **número mínimo de 16 participantes** e acresce **10,00 €**, **por dormida**.

[www.facebook.com/palmeladesporto](http://www.facebook.com/palmeladesporto)

[WWW.PALMELADESORTO.PT](http://WWW.PALMELADESORTO.PT)

GERAL@PALMELADESORTO.PT  
PALMELA - 21 233 71 40  
PINHAL NOVO - 21 238 99 00