PALMELA DESPORTO

# PROGRAMA

## 1.ª SEMANA: 26 de junho a 30 de junho

| | | | |
|---|---|---|---|
| DIA 26/06 2.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| JOGOS | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | ATLETISMO \| FUTEBOL | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| DIA 27/06 3.ª feira | 9h00m – 12h30m | BASQUETEBOL \| BADMINTON | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | ANDEBOL \| GINÁSTICA | |
| DIA 28/06 4.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| JOGOS | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | TÉNIS \| BITOQUE RUGBY | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| DIA 29/06 5.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| LUTAS AMADORAS | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS \| VOLEIBOL | |
| DIA 30/06 6.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| JOGOS TRADICIONAIS | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS AQUÁTICOS | |

## 2.ª SEMANA: 3 a 7 de julho

| | | | |
|---|---|---|---|
| DIA 03/07 2.ª feira | 9h00m – 12h30m | GINÁSTICA \| VOLEIBOL | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | NATAÇÃO \| JOGOS | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 04/07 3.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| JOGOS | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | FUTEBOL \| JOGOS | |
| DIA 05/07 4.ª feira | 9h00m – 12h30m | FUTEBOL \| BASQUETEBOL | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | NATAÇÃO \| JOGOS TRADICIONAIS | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 06/07 5.ª feira | 9h00m – 12h30m | TÉNIS \| BADMINTON | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | RUGBY \| LUTAS AMADORAS | Piscina de Pinhal Novo |
| | | NOITE NA PISCINA * | |
| DIA 07/07 6.ª feira | 9h00m – 12h30m | HIDROKIDS \| POLO AQUÁTICO | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS AQUÁTICOS | |

## 3.ª SEMANA: 10 a 14 de julho

| | | | |
|---|---|---|---|
| DIA 10/07 2.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| RUGBY | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | ATLETISMO \| TÉNIS | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| DIA 11/07 3.ª feira | 9h00m – 12h30m | BASQUETEBOL \| BADMINTON | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS \| NATAÇÃO | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 12/07 4.ª feira | 9h00m – 12h30m | CAMINHADA | Serra do Louro – Palmela |
| | 14h30m – 17h30m | PEDDY PAPER | Castelo de Palmela |
| DIA 13/07 5.ª feira | 9h00m – 12h30m | ANDEBOL \| VOLEIBOL | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS \| LUTAS AMADORAS | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 14/07 6.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| FUTEBOL | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS AQUÁTICOS | |

## 4.ª SEMANA: 17 a 21 de julho

| | | | |
|---|---|---|---|
| DIA 17/07 2.ª feira | 9h00m – 12h30m | ATLETISMO \| TÉNIS | Escola Secundaria de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS \| LUTAS AMADORAS | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 18/07 3.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| VOLEIBOL | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | GINÁSTICA \| BASQUETEBOL | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| DIA 19/07 4.ª feira | 9h00m – 12h30m | FUTEBOL \| BADMINTON | Escola Secundaria de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS TRADICIONAIS \| NATAÇÂO | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 20/07 5.ª feira | 9h00m – 12h30m | FUTEBOL \| RUGBY | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | ATLETISMO \| ANDEBOL | |
| | | NOITE NA PISCINA * | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 21/07 6.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| VOLEIBOL | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS AQUÁTICOS | |

## 5.ª SEMANA: 24 a 28 de julho

| | | | |
|---|---|---|---|
| DIA 24/07 2.ª feira | 9h00m – 12h30m | FUTEBOL \| ANDEBOL | Escola Secundária de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS \| NATAÇÃO | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 25/07 3.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| JOGOS | Piscina de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | GINÁSTICA \| VOLEIBOL | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| DIA 26/07 4.ª feira | 9h00m – 12h30m | VOLEIBOL \| RUGBY | Pavilhão Desportivo de Pinhal Novo |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS \| LUTAS AMADORAS | Piscina de Pinhal Novo |
| DIA 27/07 5.ª feira | 9h00m – 12h30m | PRAIA | Praia Lagoa de Albufeira |
| | 14h30m – 17h30m | PRAIA | |
| DIA 28/07 6.ª feira | 9h00m – 12h30m | NATAÇÃO \| JOGOS TRADICIONAIS | |
| | 14h30m – 17h30m | JOGOS AQUÁTICOS | |

* Nos dias em que a atividade "**Noite na Piscina**" está prevista (dias 6 e 20 – 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

WWW.PALMELADESPORTO.PT

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