

# PROGRAMA DAS FÉRIAS DESPORTIVAS 2023

## GRUPO B - 10 aos 16 anos

Semana	Data	Dia com Almoço	Regime de Meio-Dia			Regime de Todo o Dia (Regime de Meio-Dia + Tarde)		Local
			Início	Fim	Atividade	Atividade da tarde	Fim	
1ª Semana 3 a 7 julho	03-07-2023	Sim	9h00	13h00	Praia da Rocha	Atelier de Vime	17h00	Praia da Rocha / Pavilhão
	04-07-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Júnior Fitness	17h00	Piscinas / Pavilhão
	05-07-2023	Não	9h00	17h00	Aquashow - até aos 10 anos 18,40€   a partir dos 11 anos -25,60€		17h00	Quarteira
	06-07-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Yoga	17h00	Piscinas / Pavilhão
	07-07-2023	Não	9h00	15h00	Surf	Pavilhão Municipal	17h00	Praia da Rocha / Pavilhão
2ª Semana 10 a 14 julho	10-07-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Atelier de Sabonetes Naturais	17h00	Piscinas / Pavilhão
	11-07-2023	Não	9h00	16h00	Praia de Rocha + Cinema - 4,00€	Pavilhão Municipal	17h00	Praia da Rocha + Portimão / Pavilhão
	12-07-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Hip Hop	17h00	Piscinas / Pavilhão
	13-07-2023	Não	9h00	17h00	Slide and Splash - parque aquático - 15,00€		17h00	Estômbar
	14-07-2023	Sim	9h00	13h00	Pavilhão Municipal	Atividades aquáticas	17h00	Pavilhão / Piscinas
3ª Semana 17 a 21 julho	17-07-2023	Não	9h00	17h00	Aqualand - parque aquático - 12,00€		17h00	Lagos
	18-07-2023	Sim	9h00	13h00	Laboratório de Atividades Criativas - LAC	Laboratório de Atividades Criativas - LAC	17h00	Pavilhão / Escola EB 2/3
	19-07-2023	Não	9h00	17h00	Parque Aventura de Lagos + Meia Praia		17h00	Lagos
	20-07-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Atelier de Mandalas em CD	17h00	Piscinas / Pavilhão
	21-07-2023	Não	9h00	17h00	Educação para o Meio Aquático - EMA		17h00	Praia da Rocha
4ª Semana 24 a 28 julho	24-07-2023	Sim	9h00	13h00	Pavilhão Municipal	Atividades aquáticas	17h00	Pavilhão / Piscinas
	25-07-2023	Não	9h00	17h00	Centro de Ciência Viva de Lagos - 8,00€ + Laboratório de Atividades Criativas - LAC		17h00	Lagos
	26-07-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Atelier de Vime	17h00	Piscinas / Pavilhão
	27-07-2023	Sim	9h00	13h00	Petanca	Visita ao Castelo de Alferce	17h30	Pavilhão/ Alferce
	28-07-2023	Não	9h00	17h00	Krazy World Zoo - 6,95€		17h00	Algoz
5ª Semana 31 de julho a 4 de agosto	31-07-2023	Não	9h00	15h00	Praia da Amoreira	Pavilhão Municipal	17h00	Praia da Amoreira / Pavilhão
	01-08-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Pavilhão Municipal	17h00	Piscinas
	02-08-2023	Não	9h00	17h00	Zoomarine - 12,00€		17h00	Guia
	03-08-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Atelier de Dança/Teatro	17h00	Piscinas / Pavilhão
	04-08-2023	Não	9h00	17h00	Canoagem		17h00	Praia de Ferragudo
6ª Semana 7 a 11 agosto	07-08-2023	Sim	9h00	13h00	Pavilhão Municipal	Atividades aquáticas	17h00	Pavilhão / Piscinas
	08-08-2023	Não	9h00	16h00	Praia de Rocha + Cinema - 4,00€	Pavilhão Municipal	17h00	Praia da Rocha / Portimão / Pavilhão
	09-08-2023	Sim	9h00	13h00	Atividades aquáticas	Atelier de Dança/Teatro	17h00	Piscinas / Pavilhão
	10-08-2023	Não	9h00	17h00	Aqualand - parque aquático - 12,00€		17h00	Alcantarilha
	11-08-2023	Sim	9h00	13h00	Festa de Encerramento	Atelier de Dança/Teatro	17h00	Piscinas / Pavilhão

HORA DE CONCENTRAÇÃO A PARTIR DAS 8H30 NO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL COM CHEGADA ATÉ AO HORÁRIO DE INÍCIO DA ATIVIDADE

As crianças/jovens com almoço opcional em regime de meio dia chegam ao local de concentração 1 hora depois do indicado no horário

A entrega das crianças/jovens em regime de todo será às 17h00 no Pavilhão Gimnodesporto Municipal

OUTRAS INFORMAÇÕES IMPORTANTES NO VERSO

#### **INFORMAÇÕES:**

- O ponto de encontro (concentração) é no Pavilhão Gimnodesportivo Municipal, receção a partir das 8h30, devendo o participante chegar até à hora de início da atividade;
- Solicitamos que cumpra os horários de chegada e vá buscar o seu educando à hora indicada no programa, conforme tipo de regime em que está inscrito (Meio-dia | Todo-o-Dia);
- O participante deverá trazer sempre: lanche, chapéu, água e protetor solar para as atividades exteriores;
- O participante deverá trazer lanche, para o meio da manhã e da tarde, e água todos os dias, inclusive no primeiro dia de atividades. Aconselhamos que o mesmo seja saudável (equilibrado, variado e completo);
- Nos dias de saídas prolongadas, chegada além das 13h00, como por exemplo ao Zoomarine, Slide and Splash e Cinema, o participante deverá trazer almoço (equilibrado, variado e completo);
- No dia das saídas o lanche deverá ser reforçado e dar-se ao horário de chegada 30 minutos de tolerância;
- Em todas as saídas para a praia e parques aquáticos o participante deverá levar fato-banho, toalha, boné e protetor solar (colocado em casa e levar para reforço);
- Nas atividades aquáticas o participante deverá levar fato-banho, touca, chinelos, toalha e protetor solar;
- Contactos: Prof. Emanuel Varela - 927244460 / Prof. Carlos Almeida - 967990275 (Grupo A) / Prof. Luís Inácio - 967192256 (Grupo B)
- O Município de Monchique reserva-se o direito de alterar/reajustar o programa da Férias Desportivas sempre que se justifique.