



Estás preparado?

DESPORTO ESCOLAR AEPAA

Inscreve-te junto do teu professor de
Educação Física

INÍCIO TREINOS: 24 SETEMBRO

HORÁRIOS/ ESCALÕES

VOLEIBOL

INFANTIS/ MISTO

2ªfeira (17:40/ 18:30)- DMCB

4ªfeira(14:00/ 15:40)- DMCB

INICIADAS FEMININAS

4ªfeira (18:30/ 20:00)- ESPAA

6ªfeira (18:30/ 20:00)- ESPAA

INICIADOS MASCULINOS

3ªfeira (16:45/ 18:20)- DMCB

6ªfeira (16:45/ 17:35)- DMCB

JUVENIS FEMININAS

2ªfeira (18:50/ 20:00)- ESPAA

4ªfeira (17:00/ 18:30)- ESPAA

5ªfeira (17:45/ 19:30)- ESPAA

JUVENIS MASCULINOS

2ªfeira (17:40/ 18:50)- ESPAA

4ªfeira (15:30/ 17:00)- ESPAA



HORÁRIOS/ ESCALÕES



BADMINTON

Todos os ESCALÕES/ MISTO

3^afeira (17:40/ 19:00)- DMCB

4^afeira (17:00/ 19:00)- DMCB

5^afeira (17:40/ 19:00)-DMCB



PADEL

Todos os ESCALÕES/ MISTO

4^afeira (14:00/ 16:30)- C.Ténis Portimão



ATLETISMO

Todos os ESCALÕES/ MISTO

2^afeira (17:40/ 19:00)- DMCB

4^afeira (15:00/ 17:20)- DMCB/ Estádio Belavista

6^afeira (17:40/ 19:00)- DMCB

HORÁRIOS/ ESCALÕES

CANOAGEM



Todos os ESCALÕES/ MISTO

4^afeira (14:30/ 17:30)- C. Naval Portimão*

3^afeira (17:30/ 19:00)- C. Naval Portimão**

6^afeira (16:00/ 18:00)- C. Naval Portimão**

(*)treino regular

(**) treino ocasional



SURF

Todos os ESCALÕES/ MISTO

4^afeira (15:00/ 17:30)- Praia da Rocha



DESPORTO ADAPTADO

Todos os ESCALÕES MISTO

5^afeira (11:10/ 13:50)- PISCINA PORTINADO

DE sobre RODAS

Todos os ESCALÕES/ MISTO

4^afeira (15:00/ 16:30)- DMCB



ESCALÕES

INFANTIS A

Ano Nascimento- 2015 a 2017

INFANTIS B

Ano Nascimento- 2013 e 2014

INICIADOS

Ano Nascimento- 2011 e 2012

JUVENIS

Ano Nascimento- 2008 a 2010

DESPORTO ESCOLAR COMUNIDADE

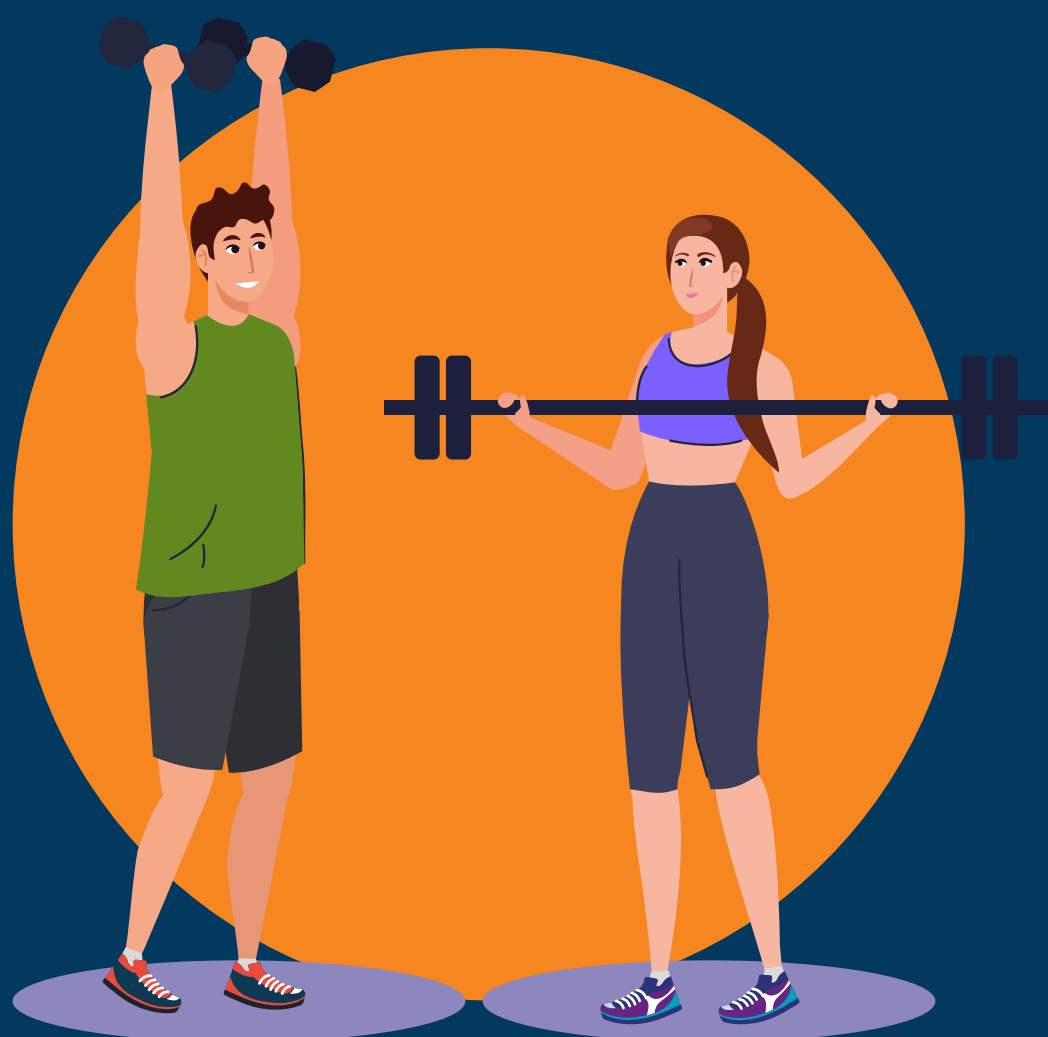
PARA QUEM???

ALUNOS

PROFESSORES

ASSISTENTES OPERACIONAIS

ASSISTENTES TÉCNICOS



2ªfeira (14:00/ 14:50)-
Localizada/ Treino Circuito
DMCB

4ªfeira (15:50/ 16:40)
Pilates/ Aeróbica
ESPAA (Multiusos)



5ªfeira (14:00/ 14:50)
Localizada/ Treino Força Funcional
ESPAA (Pavilhão)