

1ª SEMANA

Horário	SEGUNDA 28 JUN	TERÇA 29 JUN	QUARTA 30 JUN	QUINTA 01 JUL	SEXTA 02 JUL
INÍCIO ▶	09.30	09.30	09.30	09.30	09.30
Manhã	Recepção dos Participantes Formação das Equipas Jogos Aquáticos	Equitação MULTIVIT Piscina	SAFARI	Equitação MULTIVIT Piscina	CANOAGEM:
INTERVALO ▶	12.30 – 14.30	12.30 – 14.30	EUROPARADISE <i>Trazer Farnel de Almoço</i>	12.30 – 14.30	DESCIDA DO MONDEGO <i>Trazer Farnel de Almoço</i>
Tarde	Grande Gincana Tempo de Formação Piscina Encargos	Futebol Tiro com Arco Piscina Encargos		Futebol Tiro com Arco Tempo de Formação Piscina Encargos	
FIM ▶	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00

2ª SEMANA

Horário	SEGUNDA 05 JUL	TERÇA 06 JUL	QUARTA 07 JUL	QUINTA 08 JUL
INÍCIO ▶	09.30	09.30	09.30	09.30
Manhã	Futebol Tiro com Arco Piscina	PRISMA CHALLENGERS: PROVA DE ORIENTAÇÃO	TAÇA EUROMERCANTE: RADIOMODELISMO, SLOTS E SUBMARINOS	Futebol Tiro com Arco Tempo de Formação Piscina
INTERVALO ▶	12.30 – 14.30	SLIDE <i>Trazer Farnel de Almoço</i>	<i>Trazer Farnel de Almoço</i>	12.30 – 14.30
Tarde	Guerra dos Neurónios Tempo de Formação Piscina Encargos		Piscina Encargos	Preparação da Festa Piscina Lanche e Festa de Encerramento
FIM ▶	18.00	18.00	18.00	18.00

Verão

PRISMA | CeLTA

ApoiOS



www.capitadureza.com
a aventura começa aqui...

- Observações:**
- 1) O ponto de encontro para o início e o final de todas as actividades é sempre o Prisma.
 - 2) Trazer sempre: lanche, equipamento desportivo, boné, protector solar, calções de banho e toalha.
 - 3) Quem quiser almoçar no Clube deve trazer farnel.