



Organização:
SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora
 Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora
 Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA
FÉRIAS
NA CIDADE
SUB 15

Programa de Atividades
Campos de Férias

SEMANA 1 (30 de junho a 4 de julho)

Horário	30 de junho Segunda-feira	1 de julho Terça-feira	2 de julho Quarta-feira	3 de julho Quinta-feira	4 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra-Gelo & Ténis de Mesa	Visita à <i>Rádio Comercial</i> Lisboa	<i>“Vamos Mexer na Terra”</i> Núcleo Museológico	Piscina do Monsanto Parque Campismo Monsanto	Workshop <i>Meditação com Sons</i> sede SFRAA
13h00-14h30	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço Piquenique (incluído)	Almoço (incluído)
14h30-16h00	Workshop de Karaté sede SFRAA	Escola de Mobilidade da Amadora + Mini-Golf Parque Aventura	Atelier de Fotografia sede SFRAA	Piscina do Monsanto Parque Campismo Monsanto	Voleibol Intercâmbio CAF Escola Terra dos Arcos
16h00	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA
**FÉRIAS
NA CIDADE**
SUB 15

Programa de Atividades

Campos de Férias

SEMANA 2 (7 a 11 de julho)

Horário	7 de julho Segunda-feira	8 de julho Terça-feira	9 de julho Quarta-feira	10 de julho Quinta-feira	11 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo & Jogos Tradicionais	"À Descoberta do Jardim" Casa Roque Gameiro	Triatlo Modalidade Natação Piscina da Boavista	Visita ao Clube de Futebol Estrela da Amadora	Falcões no Oeste Intercâmbio CAF Escola Terra dos Arcos
13h00-14h30	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)
14h30-16h00	Workshop de Teatro sede SFRAA	Workshop de Trampolins sede SFRAA	Sessão "Cinema & Pipokas" sede SFRAA	Basquetebol Intercâmbio CAF Escola Terra dos Arcos	Workshop de Capoeira Parque da Mónica
16h00	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA FÉRIAS NA CIDADE SUB 15

Programa de Atividades.

Campos de Férias

SEMANA 3 (14 a 18 de julho)

Horário	14 de julho Segunda-feira	15 de julho Terça-feira	16 de julho Quarta-feira	17 de julho Quinta-feira	18 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra-Gelo & Ténis de Mesa	Workshop <i>Yoga</i> sede SFRAA	Piscina do Monsanto Parque Campismo Monsanto	<i>"Escrever como a Girafa"</i> Casa Roque Gameiro (Exposição de Guida Ottolini)	Visita à Rádio <i>RFM</i> Lisboa
13h00-14h30	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço Piquenique (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)
14h30-16h00	Workshop de Jiu Jitsu sede SFRAA	Workshop de Karaté sede SFRAA	Piscina do Monsanto Parque Campismo Monsanto	Visita - <i>Teatro dos Aloés</i> Recreios da Amadora	Atelier Expressão Dramática sede SFRAA
16h00	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA
FÉRIAS
NA CIDADE
SUB 15

Programa de Atividades

Campos de Férias

SEMANA 4 (21 a 25 de julho)

Horário	21 de julho Segunda-feira	22 de julho Terça-feira	23 de julho Quarta-feira	24 de julho Quinta-feira	25 de julho Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo Jogos Quebra-Gelo & Badminton	Triatlo Modalidade Natação Piscina da Boavista	<i>“Um Chão de Pedras Coloridas”</i> Núcleo Museológico	Workshop <i>Reiki</i> sede SFRAA	Ténis de Mesa sede SFRAA
13h00-14h30	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço Piquenique (incluído)
14h30-16h00	Atividade TV Amadora sede SFRAA	Escola de Mobilidade da Amadora + Mini-Golf Parque Aventura	Workshop Rope Skipping sede SFRAA	Basquetebol Intercâmbio CAF Escola Terra dos Arcos	Pavilhão do Conhecimento Parque das Nações, Lisboa
16h00	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.



Organização:

SFRAA - Sociedade Filarmónica de Apoio Social e Recreio Artístico da Amadora

Rua Elias Garcia, nº 142, Falagueira-Venda Nova, 2700-331 Amadora

Registo IPDJ 386/DRLVT

AMADORA
**FÉRIAS
NA CIDADE**
SUB 15

Programa de Atividades

Campos de Férias

SEMANA 5 (28 de julho a 1 de agosto)

Horário	28 de julho Segunda-feira	29 de julho Terça-feira	30 de julho Quarta-feira	31 de julho Quinta-feira	1 de agosto Sexta-feira
8h30-9h30	Receção	Receção	Receção	Receção	Receção
10h00-12h30	Acolhimento do Grupo & Jogos Tradicionais	"Azulejos com Cores" Casa Roque Gameiro	Workshop de Dança sede SFRAA	Piscina do Monsanto Parque Campismo Monsanto	Atletismo Estádio Municipal Monte da Galega
13h00-14h30	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço (incluído)	Almoço Piquenique (incluído)	Almoço (incluído)
14h30-16h00	Torneio de Ténis de Mesa sede SFRAA Intercâmbio CAF Terra dos Arcos	Workshop de Trampolins sede SFRAA	Workshop de Karaté sede SFRAA	Piscina do Monsanto Parque Campismo Monsanto	Workshop de Teatro sede SFRAA
16h00	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)	Lanche (incluído)
17h00-18h00	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha	Recolha

Observações:

O presente plano está sujeito a alterações.

É necessário que as crianças/jovens venham todos os dias equipadas com roupa prática, chapéu de sol, protetor solar e garrafa de água identificada.