

CAMPO DE FÉRIAS NÃO RESIDENCIAL TEMÁTICO - SURF

12 a 16 de julho - 2 a 6 de agosto - 9 a 13 de agosto

(8 aos 14 anos)

2.ª feira	3.ª feira	4.ª feira	5.ª feira	6.ª feira
Aquecimento: Corrida contínua; Corrida variada; Mobilização articular; Jogos lúdicos Aula de surf	Aquecimento: Corrida contínua; Corrida variada; Mobilização articular; Jogos lúdicos Aula de surf	Aquecimento: Corrida contínua; Corrida variada; Mobilização articular; Jogos lúdicos Aula de surf	Aquecimento: Corrida contínua; Corrida variada; Mobilização articular; Jogos lúdicos Aula de surf	Aquecimento: Corrida contínua; Corrida variada; Mobilização articular; Jogos lúdicos Aula de surf
ALMOÇO Jogos lúdicos				
Aula de surf				