

# CAMPO DE FÉRIAS DESPORTIVAS DA UNIVERSIDADE DO PORTO | Páscoa 2020

## CDUP-Boa Hora

### PROGRAMA PROVISÓRIO

Programa Semana - Supera-te

6 de abril a 9 de abril 2020

<b>GRUPO 2 - Amêndoas (10 aos 12 anos)</b>				
	<b>Segunda-feira 6 de abril</b>	<b>Terça-feira 7 de abril</b>	<b>Quarta-feira 8 de abril</b>	<b>Quinta-feira 9 de abril</b>
<b>9.00 - 9.30</b>	Receção CDUP - Boa Hora	Receção Faculdade de Desporto	Receção CDUP - Boa Hora	Receção CDUP - Boa Hora
<b>9.00 - 9.20</b>	Reunião Técnica	Reunião Técnica	Reunião Técnica	Reunião Técnica
<b>9.30 - 9.45</b>	Acreditação	Ginástica Acrobática	Floorball	Dodgeball
<b>9.45 - 10.45</b>	Quebra-Gelo			
<b>10.45 - 11.00</b>	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal	Reforço Matinal
<b>11.00 - 12.00</b>	Badminton	Trampolins	Jogos Pré-Desportivos	Dinâmicas de Grupo
<b>12.00 - 13.00</b>	Almoço FDUP	Almoço Faculdade de Desporto	Almoço FDUP	Almoço FDUP
<b>13.00 - 13.45</b>	Social Moment	Social Moment	Escape-Challenge (13h30)	Social Moment
<b>13.45 - 15.00</b>	Judo	Tiro com Arco		Equitação
<b>15.00 - 16.00</b>	Pilates	Escalada	Social Moment	Ensaio Geral
<b>16.00 - 16.15</b>	Lanche	Lanche	Lanche	Lanche
<b>16.15 - 17.30</b>	TagRugby	Piscina	Combo Dance	Festa* (Início 17h10)
<b>17.30 - 18.00</b>	Regresso a casa CDUP - Boa Hora	Regresso a casa Faculdade de Desporto	Regresso a casa CDUP - Boa Hora	Regresso a casa CDUP - Boa Hora
<b>18.00 - 18.30</b>	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento	Prolongamento

\*Festa Final - Agradecemos que os EE, familiares e amigos estejam presentes às 17h00.

Programa sujeito a alterações