



# PROGRAMA CAMPOS DE FÉRIAS NUNO DELGADO | PÁSCOA 2026

## LOCAL: JAMOR



**SEMANA 1 | 30 DE MARÇO A 2 DE ABRIL**   JAMOR, CRUZ QUEBRADA   PISCINAS DO JAMOR

HORÁRIO	2ª FEIRA		3ª FEIRA		4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA	
8h00-9h00	Prolongamento									
9h00-9h30	Receção das crianças									
9h45-10h45	Jogos da Amizade e Respeito	Judocas em ação	Basquetebol	Basquetebol	Judocas em ação	Rugby	Yoga	Yoga	Feriado Sexta-Feira Santa	
10h45-11h15	Lanche da manhã									
11h15-12h15	Judocas em ação	Jogos da Amizade e Respeito	Ética e Sustentabilidade	Atividade de Sustentabilidade	Mestres do Origami	Judocas em ação	Judocas em ação	Judocas em ação		
12h30-14h30	Almoço									
14h30-15h30	Futebol	CrossFit Kids	Badminton	Mini Golfe	Natação	Natação	Rugby	Atividades de equipa		
15h30-16h15	Lanche da tarde									
16h15-17h15	Tiro com Arco	Atividade Jogos Olímpicos	Mini Golfe	Ética e Valores do Judo	Jogos Tradicionais	Torneio de Jogos Tradicionais	Atividades livre	Futebol		
17h30-18h00	Saída									
18h00-19h00	Prolongamento									

NOTA: Este programa poderá sofrer alterações, por favor consulte o regulamento.



# PROGRAMA CAMPOS DE FÉRIAS NUNO DELGADO | PÁScoa 2026

## LOCAL: JAMOR



**SEMANA 1 | 6 a 10 DE ABRIL**

JAMOR, CRUZ QUEBRADA      PISCINAS DO JAMOR

HORÁRIO	2ª FEIRA		3ª FEIRA		4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA	
8h00-9h00	Prolongamento									
9h00-9h30	Receção das crianças									
9h45-10h45	Jogos da Amizade e Respeito	Judocas em ação	Yoga	Ética e Valores do Judo	Judocas em ação	Rugby	Ética e Sustentabilidade	Natação	Judocas em ação	Atletismo
10h45-11h15	Lanche da manhã									
11h15-12h15	Judocas em ação	Jogos da Amizade e Respeito	Mestres do Origami	Yoga	Atletismo	Judocas em ação	Rugby	Atividade de Sustentabilidade	Atletismo	Judocas em ação
12h30-14h30	Almoço									
14h30-15h30	Badminton	CrossFit Kids	Jogos Tradicionais	Basquetebol	CrossFit Kids	Mini Golfe	Natação	Atletismo	Tiro com Arco	Atividades de equipa
15h30-16h15	Lanche da tarde									
16h15-17h15	Futebol	Atividade Jogos Olímpicos	Basquetebol	Torneio de Jogos Tradicionais	Mini Golfe	Hip-Hop	Atividades de equipa	Atividades livre	Atividades livre	Futebol
17h30-18h00	Saída									
18h00-19h00	Prolongamento									

NOTA: Este programa poderá sofrer alterações, por favor consulte o regulamento.