

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **8 a 12.abr**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00				MAFD II	
9.00 - 9.30		MAFD II		Ginástica	Bases Dad.Aq.Sens.
9.30 - 10.00		Ginástica			
10.00 - 10.30	Fisiologia do Exerc.	Rita Silva		Rita Silva	Jorge Valente
10.30 - 11.00	João Brito/Raf.Oliv.	GCT	MAFD II	GCT	L151
11.00 - 11.30	B264		Natação		
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	Tecnol.Aplic.Desp.	Tobias Portela	Bases Dad.Aq.Sens.	MAFD II
12.00 - 12.30	Ana Conceição		Pisc. Rio Maior		Natação
12.30 - 13.00	Renato Machado	Carlos Ferreira		Jorge Valente	Tobias Portela
13.00 - 13.30	B264	I184			Comp.Desp.Munic.
13.30 - 14.00				L151	
14.00 - 14.30			Fisiologia do Exerc.		
14.30 - 15.00	Téc. Exp. e Comum.	Desenv. Motor			
15.00 - 15.30		Cristiana Mercê	João Brito/Raf.Oliv.		
15.30 - 16.00	Manuela Silva	Pedro Raposo	ESDRM		
16.00 - 16.30		B264			
16.30 - 17.00	B264				
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **15 a 19.abr**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00		MAFD II Ginástica	MAFD II Natação	MAFD II Ginástica	Bases Dad.Aq.Sens.
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00		Rita Silva GCT	Tobias Portela Comp.Desp.Munic.	Rita Silva GCT	Jorge Valente L151
10.00 - 10.30	Fisiologia do Exerc. João Brito/Raf.Oliv. B264				
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp. Ana Conceição Renato Machado B264	Tecnol.Aplic.Desp. Carlos Ferreira I184	Desenv. Motor Cristiana Mercê Pedro Raposo B264	Bases Dad.Aq.Sens. Jorge Valente L151	MAFD II Natação Tobias Portela Comp.Desp.Munic.
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00	Téc. Exp. e Comum. Manuela Silva B264				Fisiologia do Exerc. Rafael Oliveira B261
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Club

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **22 a 26.abr**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00		MAFD II Ginástica Rita Silva GCT	MAFD II Natação Tobias Portela Comp.Desp.Munic.		
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30	Fisiologia do Exerc. João Brito/Raf.Oliv.				
10.30 - 11.00					
11.00 - 11.30	B264				
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp. Ana Conceição	Tecnol.Aplic.Desp.	Desenv. Motor Cristiana Mercê		MAFD II Natação Tobias Portela Comp.Desp.Munic.
12.00 - 12.30	Renato Machado	Carlos Ferreira I184	Pedro Raposo B264		
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30	B264				
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00	Téc. Exp. e Comum.	Bases Dad.Aq.Sens.	Bases Dad.Aq.Sens.		
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00	Manuela Silva	Jorge Valente I174	Jorge Valente L151		
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00	B264				
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

EUZ

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **29.abr a 3.mai**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.			Bases Dad.Aq.Sens.
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis	Carlos Ferreira B264			Jorge Valente L151
10.00 - 10.30	Catarina Hilário				
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.				
11.00 - 11.30					
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II			MAFD II
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo			Natação
12.30 - 13.00	B264	Vítor Milheiro			Tobias Portela
13.00 - 13.30		Estádio Municipal			Comp.Desp.Munic.
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				
14.30 - 15.00	Manuela Silva B264			MAFD II	Fisiologia do Exerc.
15.00 - 15.30				Atletismo	
15.30 - 16.00				Vítor Milheiro	
16.00 - 16.30				Estádio Municipal	
16.30 - 17.00	Fis.Exerc.				Rafael Oliveira B261
17.00 - 17.30	João Brito/Raf.Oliv.				
17.30 - 18.00	B261				
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **6 a 10.mai**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis	Bases Dad.Aq.Sens.	
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis				
10.00 - 10.30	Catarina Hilário	Carlos Ferreira	Catarina Hilário	Jorge Valente	
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.	B264	Comp.Desp.Munic.	L151	
11.00 - 11.30					Bases Dad.Aq.Sens.
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II		MAFD II	
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo		Atletismo	Jorge Valente
12.30 - 13.00	B264	Vítor Milheiro		Vítor Milheiro	L151
13.00 - 13.30		Estádio Municipal		Estádio Municipal	
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				Fisiologia do Exerc.
14.30 - 15.00				Desenv. Motor	
15.00 - 15.30	Manuela Silva			Cristiana Mercê	Rafael Oliveira
15.30 - 16.00	B264			Pedro Raposo	
16.00 - 16.30				B264	B261
16.30 - 17.00	Fis.Exerc.				
17.00 - 17.30	João Brito/Raf.Oliv.				
17.30 - 18.00	B264				
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

amb.



Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **13 a 17.mai**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis	Bases Dad.Aq.Sens.	Bases Dad.Aq.Sens.
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis				
10.00 - 10.30	Catarina Hilário	Carlos Ferreira	Catarina Hilário	Jorge Valente	Jorge Valente
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.	B264	Comp.Desp.Munic.	L151	L151
11.00 - 11.30					Fisiologia do Exerc.
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II		MAFD II	
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo		Atletismo	Rafael Oliveira
12.30 - 13.00	B264	Vítor Milheiro		Vítor Milheiro	B264
13.00 - 13.30		Estádio Municipal		Estádio Municipal	
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				Fisiologia do Exerc.
14.30 - 15.00					
15.00 - 15.30	Manuela Silva				Rafael Oliveira
15.30 - 16.00	B264				B261
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00	Fis.Exerc.				
17.00 - 17.30	João Brito/Raf.Oliv.				
17.30 - 18.00	B264				
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **20 a 24.mai**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis	Bases Dad.Aq.Sens.	Bases Dad.Aq.Sens.
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis				
10.00 - 10.30	Catarina Hilário	Carlos Ferreira	Catarina Hilário	Jorge Valente	Jorge Valente
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.	B264	Comp.Desp.Munic.	L151	L151
11.00 - 11.30				Desenv. Motor	Fisiologia do Exerc.
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II	Desenv. Motor	Cristiana Mercê	
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo	Cristiana Mercê	Pedro Raposo	Rafael Oliveira
12.30 - 13.00	B264	Vítor Milheiro	Pedro Raposo	B264	B264
13.00 - 13.30		Estádio Municipal	B264		
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				Fisiologia do Exerc.
14.30 - 15.00				MAFD II	
15.00 - 15.30	Manuela Silva			Atletismo	Rafael Oliveira
15.30 - 16.00	B264			Vítor Milheiro	
16.00 - 16.30				Estádio Municipal	B261
16.30 - 17.00	Fis.Exerc.				
17.00 - 17.30	João Brito/Raf.Oliv.				
17.30 - 18.00	B264				
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **27 a 31.mai**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis		Bases Dad.Aq.Sens.
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis				
10.00 - 10.30	Catarina Hilário	Carlos Ferreira	Catarina Hilário		Jorge Valente
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.	B264	Comp.Desp.Munic.		L151
11.00 - 11.30					Desenv. Motor
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II	Desenv. Motor		Cristiana Mercê
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo	Cristiana Mercê		Pedro Raposo
12.30 - 13.00	B264	Vitor Milheiro	Pedro Raposo		B264
13.00 - 13.30		Estádio Municipal	B264		
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				Fisiologia do Exerc.
14.30 - 15.00					
15.00 - 15.30	Manuela Silva				Rafael Oliveira
15.30 - 16.00	B264				B261
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00	Fis.Exerc.				
17.00 - 17.30	João Brito/Raf.Oliv.				
17.30 - 18.00	B264				
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **3 a 7.jun**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis	Bases Dad.Aq.Sens.	
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis				
10.00 - 10.30	Catarina Hilário	Carlos Ferreira	Catarina Hilário	Jorge Valente	Bases Dad.Aq.Sens.
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.	B264	Comp.Desp.Munic.	L151	
11.00 - 11.30					Jorge Valente
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II	Desenv. Motor	MAFD II	L151
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo	Cristiana Mercê	Atletismo	
12.30 - 13.00	B264	Vítor Milheiro	Pedro Raposo	Vítor Milheiro	
13.00 - 13.30		Estádio Municipal	B264	Estádio Municipal	
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				
14.30 - 15.00				Téc. Exp. e Comum.	
15.00 - 15.30	Manuela Silva				
15.30 - 16.00	B264			Manuela Silva	
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00				B266	
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **11 a 14.jun**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis	Bases Dad.Aq.Sens.	Bases Dad.Aq.Sens.
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30		Carlos Ferreira	Catarina Hilário	Jorge Valente	Jorge Valente
10.30 - 11.00		B264	Comp.Desp.Munic.	L151	L151
11.00 - 11.30					Fisiologia do Exerc.
11.30 - 12.00		MAFD II	Desenv. Motor	MAFD II	
12.00 - 12.30		Atletismo	Cristiana Mercê	Atletismo	Rafael Oliveira
12.30 - 13.00		Vítor Milheiro	Pedro Raposo	Vítor Milheiro	B261
13.00 - 13.30		Estádio Municipal	B264	Estádio Municipal	
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					Fisiologia do Exerc.
14.30 - 15.00				Téc. Exp. e Comum.	
15.00 - 15.30					Rafael Oliveira
15.30 - 16.00				Manuela Silva	B261
16.00 - 16.30				B266	
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Clubs

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **17 a 21.jun**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00			MAFD II		
9.00 - 9.30		Tec.Ap.Desp.	Ténis	Bases Dad.Aq.Sens.	
9.30 - 10.00	MAFD II / Ténis				
10.00 - 10.30	Catarina Hilário	Carlos Ferreira	Catarina Hilário	Jorge Valente	Bases Dad.Aq.Sens.
10.30 - 11.00	Comp.Desp.Munic.	B264	Comp.Desp.Munic.	L151	
11.00 - 11.30					Jorge Valente
11.30 - 12.00	Biomecânica Desp.	MAFD II	Desenv. Motor	MAFD II	L151
12.00 - 12.30	Ana Conc./Ren.Mac.	Atletismo	Cristiana Mercê	Atletismo	
12.30 - 13.00	B264	Vítor Milheiro	Pedro Raposo	Vítor Milheiro	
13.00 - 13.30		Estádio Municipal	B264	Estádio Municipal	
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30	Téc. Exp. e Comum.				
14.30 - 15.00					Fisiologia do Exerc.
15.00 - 15.30	Manuela Silva				
15.30 - 16.00					Rafael Oliveira
16.00 - 16.30	B264				B261
16.30 - 17.00	Fis.Exerc.				
17.00 - 17.30	João Brito/Raf.Oliv.				
17.30 - 18.00	B264				
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					

Quis

Turma: **CTeSP-TD - TMR1**

ANO LECTIVO: **2023/ 24**

Horário válido de **24 a 28.jun**

HORAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8.00 - 8.30					
8.30 - 9.00					
9.00 - 9.30					
9.30 - 10.00					
10.00 - 10.30	MAFD II				
10.30 - 11.00	Ténis				
11.00 - 11.30	Catarina Hilário				
11.30 - 12.00	Comp.Desp.Munic.				
12.00 - 12.30					
12.30 - 13.00					
13.00 - 13.30					
13.30 - 14.00					
14.00 - 14.30					
14.30 - 15.00					
15.00 - 15.30					
15.30 - 16.00					
16.00 - 16.30					
16.30 - 17.00					
17.00 - 17.30					
17.30 - 18.00					
18.00 - 18.30					
18.30 - 19.00					
19.00 - 19.30					
19.30 - 20.00					
20.00 - 20.30					
20.30 - 21.00					
21.00 - 21.30					
21.30 - 22.00					