

Horário 2026/27 - MANHÃ

Horas	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
09H00 - 09h50	Ginástica Turma 1 Prof. André Mandeiro Informática Nível 1 Turma 1 Prof. Daniel Oliveira Pintura e desenho Turma 1 Profª. Tânia Caeiro 09h00-12h00	Informática Nível 1 Turma 4 Prof. Daniel Oliveira Inglês Nível 1 - Turma 1 Profª Marília Ribeiro Oficina Criativa Profª Catarina Alves	Ginástica Turma 1 Prof. André Mandeiro Informática Nível 1 Turma 1 Prof. Daniel Oliveira Pintura e desenho Turma 2 Profª. Tânia Caeiro 09h00-12h00	Informática Nível 1 Turma 4 Prof. Daniel Oliveira Inglês Nível 1 - Turma 1 Profª Marília Ribeiro Tapeçaria de Arraiolos Prof. Ricardo Pousão 09h30- 12h30	Aprender le français en chanson Profª Brigitte Saramago 09h30-10h50 Quinzenal
10H00 - 10H50	Ginástica Turma 2 Prof. André Mandeiro Informática Nível 2 Turma 2 Prof. Daniel Oliveira	Informática Nível 2 Turma 5 Prof. Daniel Oliveira Yoga Profª. Sofia Severino Inglês Nível 2 - Turma 2 Profª Marília Ribeiro Manualidades Profª. Celeste Silva 10h00-11h50	Ginástica Turma 2 Prof. André Mandeiro Informática Nível Turma 2 Prof. Daniel Oliveira	Informática Nível 2 Turma 5 Prof. Daniel Oliveira Yoga Profª. Sofia Severino Inglês Nível 2 - Turma 2 Profª Marília Ribeiro	Tango Prof. David e Irene O Caminho para Dentro Profª Maria de Fátima Frazão 10h30-11h50 Manualidades Profª. Celeste Silva 10h00-11h50 Boccia Nuno Reis
11h00 - 11h50	Ginástica Turma 3 Prof. André Mandeiro Informática Nível 3 Turma 3 Prof. Daniel Oliveira Pilates Profª. Inês Gaspar	Informática Nível 3 Turma 6 Prof. Daniel Oliveira Inglês Nível 3 - Turma 3 Profª Marília Ribeiro	Ginástica Turma 3 Prof. André Mandeiro Informática Nível 3 Turma 3 Prof. Daniel Oliveira Pilates Profª. Inês Gaspar Direito Profª Maria José Bastos	Informática Nível 3 Turma 6 Prof. Daniel Oliveira Inglês Nível 3 - Turma 3 Profª Marília Ribeiro Deutsch lernen mit kurzen texten Profª. Martina Merklin 11h30-12h50 Quinzenal	Ritmos Latinos Turma 1 Prof. David Rocha
12h00 - 12h50	Jornalismo Prof. Daniel Oliveira Walking Football 1 Prof. Bernardo Ribeiro				Ritmos Latinos Turma 2 Prof. David Rocha

Horário 2026/27 - TARDE

Horas	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
14h00- 14h50	Teatro Prof. ^a Paula Mora 14h30- 16h50	Sudoku Prof. Arlindo Santos 14h15-15h15 Arte de Envelhecer Prof. Pinto Serra	Pintura e Desenho Turma 3 Prof. ^a Tânia Caeiro 14h00-16h50 Coro Maestro Luís Almeida 14h00-16h30	Tapeçaria de Arraiolos Prof. Ricardo Pousão 14h00- 16h50 Cavaquinhos iniciação Prof. Paulo Miranda	Atividades extracurriculares 14h00- 16h50
15H00 - 15H50	Atelier de Crochet Prof. Celeste Silva 15h00-16h50 História de Arte Prof. ^a Emília Almeida	Pensar a Dignidade da Pessoa Prof. ^a . Maria de Lourdes Ganho 15h00-16h30 Quinzenal Tai chi chuan Prof. ^a . Cristina Castro 15h00-16h50		Cavaquinhos todos Prof. Paulo Miranda Literatura e Escrita Prof. ^a . Patrícia Silva 15h00-16h30 Quinzenal	
16H00 - 16H50	Ginástica Sénior 2 Prof. Alberto Resende		Ginástica Sénior 2 Prof. Alberto Resende	Cavaquinhos avançado Prof. Paulo Miranda	

NOTAS:

Nas disciplinas com níveis: 1- Iniciação 2- Intermédio 3 – Avançado

As disciplinas cujo horário está assinalado a amarelo têm duração diferente.

¹ modalidade de Walking football é dada no Pavilhão Municipal de Alvalade no Bairro Fonsecas e Calçada.

² Horário sujeito a confirmação