

VALSASSINA 2016/17

Atividades Extra Curriculares de Futebol, Voleibol, Ginástica, Desportos Coletivos e Hip Hop

Versão provisória do horário:
de 26 setembro

Início dia 19 Set até fim de Junho Valor inscrição: 18€ 9 Mensalidades (Outubro a Junho) Regulamento no site do Colégio

Futebol - Masculino											Desportos Coletivos - Misto (3)								
Escalação	Infantis A			Infantis B			Iniciados/Juvenis			Juniões		FUTEBOL / Voleibol / Basquetebol							
	5º Ano			6º e 7º Ano			8º, 9º, 10º e 11º Ano			12º Ano		3, 4 e 5 Anos		1º e 2º Ano		3º e 4º ano			
Treinos semana	4 x 45 min.			4 x 45 min.			4 x 45 min.			1 x 45 min. + Jogo		1 x 45 min.		2 x 45 min.		1 x 45 min.		2 x 45 min.	
HORÁRIOS	2ª feira	4ª feira	Sábado	2ª / 4ª feira	5ª / 6ª feira	Sábado	3ª feira	5ª feira	Sábado	5ª Feira	Sábado	Jogos Lúdicos Coletivos / Futebol / Circuitos de Destrezas / Saltitos e Trotinetes							
	12.55-13.35	13.50-14.35	09.30-11.00	13.50-14.35	13.50-14.35	09.30-11.00	13.50-14.35	13.50-14.35	11.00-12.30	13.50-14.35	Jogo	Minis A		Minis B		Minis C			
Valor Mensal	26 Euros			26 Euros			27 Euros			17 Euros		17 Euros		24 Euros		17 Euros		24 Euros	

Voleibol - Masculino																	
Escalação	Minis	Infantis A				Infantis B				Iniciados			Juvenis			Juniões	
	4º Ano	5º Ano				6º e 7º Ano				8º e 9º Ano			10º e 11º Ano			12º Ano	
Treinos semana	1 x 45 min	3 x 45 min. + Jogo				3 x 45 min. + Jogo				2 x 70 min. + Jogo			3 x 45 min. + Jogo			1 x 70 min. + Jogo	
HORÁRIOS	2ª feira	3ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado	3ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado	3ª feira	5ª feira	Sábado	3ª feira	5ª feira	Sábado	5ª feira	Sábado
	16.30-17.15	13.50-14.35	13.50-14.35	13.50-14.35	Jogos	13.50-14.35	13.50-14.35	13.50-14.35	Jogos	16.40-17.50	16.40-17.50	Jogos	16.40-17.50	16.40-17.50	Jogos	16.40-17.50	Jogos
Valor Mensal	17 Euros	25 Euros				25 Euros				27 Euros			27 Euros			17 Euros	

Voleibol - Feminino														Hip Hop			
Escalação	Minis	Infantis A				Infantis B				Iniciadas/Juvenis			Juniões		Classe 1 (5*)		
	2º, 3º e 4º Ano	5º Ano				6º e 7º Ano				8º e 9º Ano/10º e 11º Ano			12º Ano		3º ao 12º Ano		
Treinos semana	1 x 45 min	3 x 45 min. + Jogo				3 x 45 min. + Jogo				2 x 70 min. + Jogo			1 x 70 min. + Jogo		2 x 45 min.		1 x 45 min.
HORÁRIOS	2ª feira	2ª feira	4ª feira	6ª feira	Sábado	2ª feira	4ª feira	6ª feira	Sábado	2ª feira	4ª feira	Sábado	2ª feira	Sábado	3ª feira	6ª feira	3ª feira
	16.30-17.15	16.30-17.15	13.50-14.35	13.50-14.35	Jogos	16.30-17.15	13.50-14.35	13.50-14.35	Jogos	16.30-17.40	16.30-17.40	Jogos	16.30-17.40	Jogos	12.50-13.30	13.50-14.35	12.50-13.30
Valor Mensal	17 Euros	25 Euros				25 Euros				27 Euros			17 Euros		26 Euros		17 Euros

Ginástica - Misto																	
Escalação	Mini Gym 1		Mini Gym 2		Iniciação I (1*)		Iniciação II (1*)		Iniciação III (1* e 2*)		Classe Especial 1 (2*)			Classe Especial 2			
	3 e 4 Anos		5 Anos		1º e 2º Ano		3º Ano		4º Ano		5º ao 12º Ano			(4*)			
Treinos semana	2 x 45 min.	1 x 45 min.	2 x 45 min.	1 x 45 min.	2 x 45 min.		2 x 45 min.		2 x 45 min.		3 x 45 min.			5 x 45 min. + Saraus			
HORÁRIOS	4ª e 6ª feira	4ª feira	4ª e 6ª feira	6ª feira	2ª feira	5ª feira	2ª feira	4ª feira	3ª feira	5ª feira		3ª feira	5ª feira	6ª feira	3ª feira	5ª feira	6ª feira
	12.45-13.30		12.45-13.30		12.45-13.30	12.45-13.30	12.00-12.45	12.00-12.45	12.00-12.45	12.00-12.45		16.30-17.15	13.30-14.15	16.30-17.15	16.30-18.00		16.30-17.15
Valor Mensal	24 Euros	17 Euros	24 Euros	17 Euros	24 Euros		24 Euros		24 Euros		25 Euros			27 Euros			

(1*) Ginástica inclui abordagem à Dança Criativa
 (2*) Ginástica inclui abordagem ao Minitrampolim
 (3*) Desp. Coletivos inclui Jogos Pré desportivos, Futebol, Voleibol e Basquetebol
 (4*) Alunos selecionados pela professora responsável
 (5*) A frequência do Hip Hop no 1º ciclo é de 1 vez por semana
 NOTA: Só são possíveis desistências no final de cada Período

FUTEBOL **VOLEIBOL** **GINASTICA**
DESPORTOS COLETIVOS **HIP HOP**



VALSASSINA