

SAVE THE DATE

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

23-30 SETEMBRO 2026



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
DESPORTO E JUVENTUDE



Cofinanciado pela
União Europeia

O Dia Europeu do Desporto na ES PADRE ANTÓNIO VIEIRA

25/09

6.ª feira

08h00-13h30



As atividades para a ESPAV serão organizadas em **3 blocos de 100 minutos** (ver págs. seguintes), sendo os alunos acompanhados pelos **docentes responsáveis pela turma durante esse período** (ou, excecionalmente, por alunos do curso Técnico de Desporto).

Secundário/Profissional

alunos	horário	acompanhamento
10.CSE	08h00-09h40	Laura Sottomayor (ECO)
10.CT1	08h00-09h40	Cristina Simões (FQ)
10.CT2	08h00-09h40	Marina Marques (PORT)
11.CT1	08h00-09h40	Alexandra Ferreira (FQ)
11.LH1	08h00-09h40	Alexandra Carneiro (MAT)
10.AV	09h55-11h35	Susana Tereso (DES)
10.LH3	09h55-11h35	Helder Lopes (ING)
TC/IG.26	09h55-11h35	Joana Landolt (MAT)
11.CSE	09h55-11h35	Diana Rodrigues (GEO)
11.CT3	09h55-11h35	Mª José Varela (FQ)
12.CSE	09h55-11h35	Clara Gavino (SOC)
12.CT1	09h55-11h35	Cristina Carvalho (PORT)
12.CT2	09h55-11h35	Alexandra Carneiro (MAT)
12.LH1	09h55-11h35	Margarida Cândido (PORT)
10.CT3	11h50-13h30	Nuno Miranda (FQ)
10.LH1	11h50-13h30	Rui Almeida (GEO)
10.LH2	11h50-13h30	Esmeralda Santo (PORT)
11.CT2	11h50-13h30	Cláudia Saraiva (FQ)
11.LH2	11h50-13h30	Maria Teresa Teixeira (GEO)
12.LH2	11h50-13h30	Afonso Costa (HIST)
PI.24	11h50-13h30	Célia Sousa (PROG)
TC.24	11h50-13h30	Isidro Pais (AI)

3.º ciclo

alunos	horário	acompanhamento
7.3	08h00-09h40	Maria Simões (DTA/CD)
7.8	08h00-09h40	Margarida Neves (PORT)
8.1	08h00-09h40	Rosário Andorinha (PORT)
8.2	08h00-09h40	Daniela Gonçalves (MAT)
8.3	08h00-09h40	Maria João Avelar (PORT)
8.4	08h00-09h40	alunos TD
8.7	08h00-09h40	alunos TD
9.3	08h00-09h40	Natália Silva (MAT)
7.1	09h55-11h35	alunos TD
7.5	09h55-11h35	Samuel Aguiar (PORT)
8.5	09h55-11h35	Anita Santos (ING)
8.6	09h55-11h35	Nuno Miranda (FQ)
8.8	09h55-11h35	Maria Jesus Varanda (MAT)
9.1	09h55-11h35	Joana Vaz (DTA)
9.2	09h55-11h35	alunos TD
9.8	09h55-11h35	alunos TD
7.2	11h50-13h30	alunos TD
7.4	11h50-13h30	Emília Grilo (ESP)
7.6	11h50-13h30	Marina Marques
7.7	11h50-13h30	Ana João Filipe (MAT)
9.4	11h50-13h30	Ana Maria Figueira (PORT)
9.5	11h50-13h30	Natália Silva (MAT)
9.6	11h50-13h30	Inês Eisele (MAT)
9.7	11h50-13h30	Maria Teresa Verdier (EV)

ATENÇÃO: EQUIPAMENTO E CALÇADO DESPORTIVO OBRIGATÓRIOS.

1.º Bloco 13 turmas	turmas	08h10	08h40	09h10
	7.3	Fitness (ginásio 2)	BTT (campo descoberto)	Basquetebol (exterior coberto)
	7.8	BTT (campo descoberto)	Basquetebol (exterior coberto)	Atletismo (pistas)
	8.1	Basquetebol (exterior coberto)	Atletismo (pistas)	Futsal (sintético)
	8.2	Atletismo (pistas)	Futsal (sintético)	Jogos (canteiros)
	8.3	Futsal (sintético)	Jogos (canteiros)	Parkour (lago)
	8.4	Jogos (canteiros)	Parkour (lago)	Raquetas (entrada)
	8.7	Parkour (lago)	Raquetas (entrada)	Fitness (ginásio 2)
	9.3	Raquetas (entrada)	Fitness (ginásio 2)	BTT (campo descoberto)
	10.CSE	Tiro com Arco (ginásio 1)	Manobras de Corda (balneários)	Voleibol (exterior coberto)
	10.CT1	Manobras de Corda (balneários)	Voleibol (exterior coberto)	Rugby (sintético)
	10.CT2	Voleibol (exterior coberto)	Rugby (sintético)	Step (entrada)
	11.CT1	Rugby (sintético)	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)
	11.LH1	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)	Manobras de Corda (balneários)

2.º Bloco 13 turmas	turmas	10h00	10h30	11h00
	7.1	Fitness (ginásio 2)	BTT (campo descoberto)	Basquetebol (exterior coberto)
	7.5	BTT (campo descoberto)	Basquetebol (exterior coberto)	Atletismo (pistas)
	8.5	Basquetebol (exterior coberto)	Atletismo (pistas)	Futsal (sintético)
	8.6	Atletismo (pistas)	Futsal (sintético)	Jogos (canteiros)
	8.8	Futsal (sintético)	Jogos (canteiros)	Parkour (lago)
	9.1	Jogos (canteiros)	Parkour (lago)	Raquetas (entrada)
	9.2	Parkour (lago)	Raquetas (entrada)	Fitness (ginásio 2)
	9.8	Raquetas (entrada)	Fitness (ginásio 2)	BTT (campo descoberto)
	10.AV	Tiro com Arco (ginásio 1)	Manobras de Corda (balneários)	Voleibol (exterior coberto)
	10.LH3	Manobras de Corda (balneários)	Voleibol (exterior coberto)	Rugby (sintético)
	TC/IG.26	Voleibol (exterior coberto)	Rugby (sintético)	Step (entrada)
	11.CSE	Rugby (sintético)	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)
	11.CT3	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)	Manobras de Corda (balneários)

3.º Bloco 13 turmas	turmas	12h00	12h30	13h00
	7.2	Fitness (ginásio 2)	BTT (campo descoberto)	Basquetebol (exterior coberto)
	7.4	BTT (campo descoberto)	Basquetebol (exterior coberto)	Atletismo (pistas)
	7.6	Basquetebol (exterior coberto)	Atletismo (pistas)	Futsal (sintético)
	7.7	Atletismo (pistas)	Futsal (sintético)	Jogos (canteiros)
	9.4	Futsal (sintético)	Jogos (canteiros)	Parkour (lago)
	9.5	Jogos (canteiros)	Parkour (lago)	Raquetas (entrada)
	9.6	Parkour (lago)	Raquetas (entrada)	Fitness (ginásio 2)
	9.7	Raquetas (entrada)	Fitness (ginásio 2)	BTT (campo descoberto)
	10.CT3	Tiro com Arco (ginásio 1)	Manobras de Corda (balneários)	Voleibol (exterior coberto)
	10.LH1	Manobras de Corda (balneários)	Voleibol (exterior coberto)	Rugby (sintético)
	10.LH2	Voleibol (exterior coberto)	Rugby (sintético)	Step (entrada)
	11.CT2	Rugby (sintético)	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)
	11.LH2	Step (entrada)	Tiro com Arco (ginásio 1)	Manobras de Corda (balneários)

Jogos Aquáticos 7 turmas	10h00	11h45
	12.CSE	12.LH2
	12.CT1	PI.24
	12.CT2	TC.24
	12.LH1	-

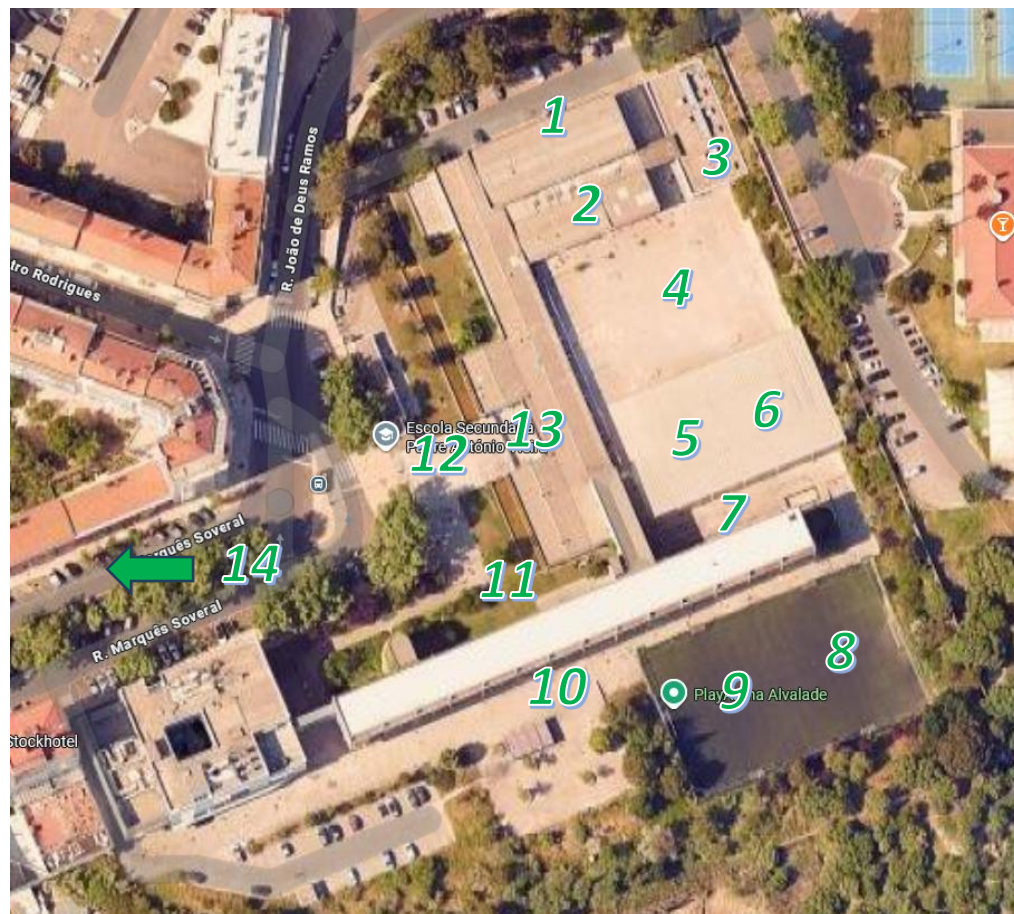
As **turmas do 12.º ano** farão atividades na **Piscina do Clube Estrelas de São João de Brito**, em **2 turnos** (ver acima), pelo que os alunos das turmas **12.CSE, 12.CT1, 12.CT2, 12.LH1, 12.LH2, PI24 e TC24** *devem trazer fato de banho, touca e chinelos* para a atividade Jogos Aquáticos.

Sob **supervisão** da professora Marta Santos, a **dinamização das atividades** ficará a cargo dos professores de EF Ana Leite (Voleibol), Ana Nogueira (Jogos Aquáticos), Ivo Domingues (Atletismo), João Costa (Manobras de Corda), Ricardo Freitas (Jogos), Ricardo Polido (Jogos), Rita Pinto (Basquetebol), Susana Abreu (Tiro com Arco), Tiago Cunha (Futsal) e Tiago Silva (raquetas), com o apoio operacional dos alunos das turmas dos Cursos Profissionais - Técnico de Desporto e dos técnicos dos nossos parceiros: Antigos Alunos AEA; Clube de Rugby São Miguel; Coelhinhos Ravens Lisboa; Projeto Parkour nas Escolas.

para qualquer esclarecimento adicional, contactar o Coordenador do Desporto Escolar do AEA

gustavo.lozano@aealvalade.edu.pt

1. Tiro com Arco
2. Fitness
3. Manobras de Corda
4. BTT
5. Voleibol
6. Basquetebol
7. Atletismo
8. Futsal
9. Rugby
10. Jogos Tradicionais
11. Parkour
12. Raquetas
13. Step
14. Natação





European
School Sport
Day
Portugal

European
School Sport
Day
Portugal



Cofinanciado pela
União Europeia



**DESPORTO
PARA TODOS**
PROGRAMA NACIONAL