

HORÁRIO – 2025/2026

| Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta |
|--|--|---|---|---|
| Literatura Musical Katerina Kabakli 10h – 11h Centro Cultural | Ginástica 9h30 – 10h15 Pavilhão Municipal | Hidroginástica 1 9h15 – 10h Pavilhão Municipal | Informática Luís Santos 09h30 – 10h30 Centro Cultural | Yoga 2 Ana Sampaio 9h15 – 10h15 Pavilhão Municipal |
| Clube de leitura Ester Vargas 11h15 – 12h15 Centro Cultural | Pilates Maria Monraia Grupo 3 – 9h30 - 10h30 Pavilhão Municipal | Hidroginástica 2 10h30 – 11h15 Pavilhão Municipal | Novas tecnologias Luís Santos 10h45 - 11h45 Centro Cultural | Yoga 2 Ana Sampaio 10h30 – 11h30 Pavilhão Municipal |
| Pilates Maria Monraia Grupo 1 – 9h30 - 10h30 Grupo 2 – 10h45 - 11h45 Pavilhão Municipal | Pilates Maria Monraia Grupo 4 – 10h45 - 11h45 Pavilhão Municipal | Sénior mais saúde Teresa Sousa 10h30 – 11h30 Centro Cultural | Oficina de Pintura Acílico Puring de outubro a dezembro 10h30 -11h30 Isabel Viegas Centro Cultural | Música Jorge Almeida 10h30 – 11h30 Centro Cultural |
| Teatro Sérgio Lucas 15h – 17h Cineteatro Jaime Gralheiro | Dança José Bordonhos 14h – 15h Pavilhão Municipal | Língua e Cultura Inglesa Ester Vargas 14h30 – 15h30 Centro Cultural | História, Cultura e Património Eduardo Nuno Oliveira 14h30 - 15h30 Centro Cultural | Oficina de Consciência Corporal de outubro a dezembro 14h30 - 15h30 Elizete Mascarenhas Pavilhão Municipal |
| | Teatro Sérgio Lucas 15h15 – 17h15 Cineteatro Jaime Gralheiro | Tuna Jorge Almeida 15h45 – 16h45 Centro Cultural | Walking Football Gonçalo Hubert 15h45 - 17h Pavilhão Municipal | |

Receção aos alunos dia 26 de setembro. Às 14h30, no Cineteatro Jaime Gralheiro

1.º Período | Início das aulas: 6 de outubro - fim das aulas: 19 de dezembro de 2025

2.º Período | Início das aulas: 5 de janeiro de 2026 - fim das aulas: 27 de março de 2026 – Pausa de Carnaval de 16 a 20 de fevereiro

3.º Período | Início das aulas: 13 de abril de 2025 - fim das aulas: 12 de junho de 2026