

MODALIDADES DESPORTIVAS

2022/2023

PAVILHÃO E GINÁSIO DA ESCOLA
PROFESSOR NORONHA FEIO · QUEIJAS



GM 1º DEZEMBRO
QUEIJAS

ANDEBOL



2ª a 6ª Feira - 18h00 às 23h00

Escalões: Bambis, Minis, Sub-14, Sub 16, Sub-18, Sub-20 e Seniores.

Inscrição de atletas nascidos até 2016

JUDO



3ª e 6ª Feira

19h00 às 19h45 – 5 aos 9 anos

19h45 às 20h30 – 10 aos 15 anos

PILATES



2ª feira

19h45 às 20h15

4ª feira

19h30 às 20h15 e 20h25 às 21h10

GINÁSTICA AERÓBICA



2ª e 4ª feira

18h00 às 19h30

ZUMBA



2ª e 4ª feira

21h15 às 22h00

A partir dos 15 anos.

ATLETISMO



3ª e 5ª Feira

18h30 às 20h00

Sábado

10h00 às 11h30

Escalões: Benjamins, Infantis,

Iniciados, Juvenis, Juniores, Seniores e Veteranos

Treino: Estádio Nacional · Jamor

Inscrição de atletas nascidos até 2016

Para mais informações: geral@gm1dezembroqueijas.com