

## Horário 2026/2027

**PROVISÓRIO**

| HORA        | 2º FEIRA                                 | 3º FEIRA                               | 4º FEIRA                                  | 5º FEIRA                                     | 6º FEIRA                                     | SALA                    |
|-------------|------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------|
| 09:45/11:15 | História de Portugal O Poder no Feminino | Estudos Olisiponenses (10H00 - 11H15)  | Italiano II                               |                                              | Viagens (im)previstas                        | Sede Sala 1             |
| 11:30/13:00 | História de Portugal IV                  | Direitos Humanos e Cidadania           | Inglês Intermédio                         | Quiz                                         | Hist. Património Cid. de Lisboa II           |                         |
| 09:45/11:15 |                                          | Aplicações informáticas T1             | Ciências da Terra (10H30 - 11H30) T2      | Smartphone T1                                | Mandarim                                     | Sede Sala 2             |
| 11:30/13:00 | Trióminos Mahjong                        | Aplicações informáticas T2             | Matemática T2                             | Smartphone T2                                |                                              |                         |
| 09:45/11:15 | Origami                                  | Oficina do Bem-Estar                   | Conta-me como foi                         | Inglês Conversação II                        | Xadrez                                       | Sede Sala 3             |
| 11:30/13:00 | ABC da Costura                           | Iniciação à Aguarela                   | Trocalinhas T1                            | TrocaLinhas T2                               | Teoria da Cor                                |                         |
| 09:45/11:15 | Introdução à leitura da Bíblia II        |                                        | História Europa V                         |                                              |                                              | Sede Sala Assembleia    |
| 11:30/13:00 |                                          |                                        | História da Cultura Arte Contemporânea II |                                              |                                              |                         |
| 09:45/11:15 |                                          | Alemão I (11h/13h)                     |                                           |                                              |                                              | Laranjeiras Sala 1      |
| 11:30/13:00 |                                          |                                        |                                           | Mitos e Lendas                               |                                              |                         |
| 09:45/11:15 | Pilates T1 (10h/10h50)                   | Hist. da Viagem Itinerários literários |                                           | Grupo de Bordados de Castelo Branco          |                                              | Laranjeiras Sala 2      |
| 11:30/13:00 | Pilates T2 (11h/11h50)                   | Hist. Turismo Terr. Saúde e Lazer      |                                           |                                              |                                              |                         |
| 14:00/15:30 | Ciências da Terra (14H30 - 15H30) T1     | CaDayRastica T1 (14h/14h45)            | Canasta                                   | Italiano I                                   | Hist. Património Cid. de Lisboa I            | Sede Sala 1             |
|             |                                          | CaDayRastica T2 (14h55/15h45)          |                                           |                                              |                                              |                         |
| 15:45/17:15 | Viajar também é Cultura                  | PráticaMente Inglês (15h50/17h20)      |                                           | Psicologia Geral (16h00/17h15)               | Tuna (17h 18h30)                             |                         |
| 14:00/15:30 | Personalidades                           | Fotografia I                           | Inglês Iniciação                          | Francês Vive le Bavardage (14h30/15h50)      | Canta Comigo                                 | Sede Sala 2             |
| 15:45/17:15 | Aventura Digital                         | Fotografia II                          |                                           | Multimédia Powerpoint                        | Embora Ler ! (Clube de Leitura)              |                         |
| 14:00/15:30 | Artes Decorativas T1                     | Alemão II                              | Curiosidades Matemáticas (14h30/15h40)    | Jogos de Cartas                              | Artes Decorativas T3                         | Sede Sala 3             |
| 15:45/17:15 | Artes Decorativas T2                     | Desenho e Pintura                      |                                           |                                              | Arraiolos                                    |                         |
| 13:30/18:00 | Pilates T3 (13h30/14h20)                 | Yoga T1 (14H00 - 14H45)                | Cantares Alentejanos (14h15-15h15)        | União Europeia (14h/15h30)                   | Danças Tradicionais (14h/14h50)              | Sede Sala Assembleia    |
|             | Pilates T4 (14h30/15h20)                 | Yoga T2 (14H55 - 15H40)                |                                           | Manutenção de Baixo impacto T1 (15H50-16H40) | Manutenção de Baixo impacto T2 (15h00/16h00) |                         |
|             | Pilates T5 (15h30/16h20)                 | Yoga T3 (15H50 - 16H40)                |                                           | Ritmos Latinos (16h50/17h40)                 | Chi Kung (16h015/17h15)                      |                         |
|             | Biodanza (16H30 18H00)                   |                                        |                                           |                                              |                                              |                         |
| 14:00/15:30 |                                          |                                        |                                           |                                              |                                              | Laranjeiras             |
| 15:45/17:15 |                                          |                                        |                                           |                                              |                                              |                         |
| 14:00/15:30 | Matematica T1                            | História de Portugal Estado Novo       | Francês Conversação                       | Yoga T4 (14H00 - 14H50)                      |                                              | Laranjeiras Sala 2      |
| 15:45/17:15 |                                          | História da Arte VI                    | Inglês Conversação I                      | Yoga T5 (15H00 - 15H50)                      |                                              |                         |
| 9h45/11h15  |                                          |                                        |                                           | Clube de Colagem                             |                                              | Casa da Cidadania       |
| 15:00/17:00 | Atelier do Vidro                         | Iniciação à Cerâmica                   | Atelier do Vidro                          |                                              |                                              | Mercado de São Domingos |