

L - Desporto - Minor em Recreação e Lazer - 1.º ano

ESEB S2 V2 2025/2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Sábado	Domingo	
08:00-08:30				DN [TP]				
08:30-09:00				Exterior				
09:00-09:30	EPB [TP]	EPB [T]	EPF [TP]		EPF [T]			
09:30-10:00	PC	0.40	CF-IPB		0.74			
10:00-10:30								
10:30-11:00								
11:00-11:30								
11:30-12:00								
12:00-12:30								
12:30-13:00								
13:00-13:30								
13:30-14:00								
14:00-14:30	CDM [TP]			FEI [TP]				
14:30-15:00	0.34			0.102				
15:00-15:30								
15:30-16:00								
16:00-16:30								
16:30-17:00	PD [TP]							
17:00-17:30	1.43		DNI [TP]					
17:30-18:00			Exterior					
18:00-18:30								
18:30-19:00								
19:00-19:30								
19:30-20:00								
20:00-20:30								
20:30-21:00								
21:00-21:30								
21:30-22:00								
22:00-22:30								
22:30-23:00								
23:00-23:30								
23:30-00:00								

CDM - Crescimento e Desenvolvimento Motor Desp-RL

DN - Desportos Náuticos Desp-RL

DNI - Desportos de Natureza I Desp-RL

EPB - Estudos Práticos - Basquetebol Desp-RL

EPF - Estudos Práticos - Futebol Desp-RL

FEI - Fisiologia do Exercício I Desp-RL

PD - Psicologia do Desporto Desp-RL