

Programa

semana de 24 a 28 de julho

semana de 31 de julho a 4 de agosto

verão ativo 2023

Benavente Piscinas (ponto de encontro)

DAS 9H ÀS 17H30	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
manhã		PISCINA (PICNIC)	PARTIDA ÀS 8H30 PRAIA (PICNIC) 	ZONA RIBEIRINHA ("SERINGABALL")	PISCINA (PICNIC) 
almoço				* PICNIC NA ZONA RIBEIRINHA	
tarde				CINEMA	

MATERIAL A TRAZER

2ª FEIRA (piscina)	3ª FEIRA (piscina)	4ª FEIRA (praia)	5ª FEIRA (zona ribeirinha)	6ª FEIRA (piscina)
<ul style="list-style-type: none">- 2 Lanches (manhã e tarde);- Garrafa de água (identificada);- Chapéu/ boné (identificado);- Roupas confortáveis e calçado (tênis) adequado às atividades;- T-shirt ATIV'ART vestida;- Pulseira identificativa no pulso.- Fato de banho/calções de banho;- Touca (uso obrigatório);- Toalha para duche+ toalha para utilização na relva;- Produtos de higiene (champô, sabonete...)- Chinélos (uso obrigatório, sem utilização na rua)- Protetor solar;- Repelente para mosquitos.	<ul style="list-style-type: none">- 2 Lanches (manhã e tarde);- Garrafa de água (identificada);- Chapéu/ boné (identificado);- Roupas confortáveis e calçado (tênis) adequado às atividades;- T-shirt ATIV'ART vestida;- Pulseira identificativa no pulso.- Fato de banho/calções de banho;- Touca (uso obrigatório);- Toalha para duche+ toalha para utilização na relva;- Produtos de higiene (champô, sabonete...)- Chinélos (uso obrigatório, sem utilização na rua)- Protetor solar;- Repelente para mosquitos.	<ul style="list-style-type: none">- Fato de banho/ biquíni ou calções- Toalha de praia;- Protetor solar;- Comprimido para o enjoo (facultativo)- Dinheiro para gelado.- 2 Lanches (manhã e tarde);- Garrafa de água (identificada);- Chapéu/ boné (identificado);- Roupas confortáveis e calçado adequado às atividades;- T-shirt ATIV'ART vestida;- Pulseira identificativa no pulso.- Protetor solar;	<ul style="list-style-type: none">- 2 Lanches (manhã e tarde);- Garrafa de água (identificada);- Chapéu/ boné (identificado);- Roupas confortáveis e calçado (tênis) adequado às atividades;- T-shirt ATIV'ART vestida;- Pulseira identificativa no pulso.- Protetor solar;- Repelente para mosquitos.	<ul style="list-style-type: none">- 2 Lanches (manhã e tarde);- Garrafa de água (identificada);- Chapéu/ boné (identificado);- Roupas confortáveis e calçado (tênis) adequado às atividades;- T-shirt ATIV'ART vestida;- Pulseira identificativa no pulso.- Fato de banho/calções de banho;- Touca (uso obrigatório);- Toalha para duche+ toalha para utilização na relva;- Produtos de higiene (champô, sabonete...)- Chinélos (uso obrigatório, sem utilização na rua)- Protetor solar;- Repelente para mosquitos.

