



PLANO DE TREINOS DA ÉPOCA 2024/2025
HORÁRIO DO PAVILHÃO DA ESCOLA SECUNDÁRIA DA PORTELA Nº 2

início	fim	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
18:45		Infantis	Iniciados	Infantis	Infantis	Benjamins
20:00		Juvenis	Juniões	Iniciados	Juvenis	Iniciados
21:15		Seniores Femininos	Seniores	Seniores	Seniores Feminino	Juniões
23:00	23:30					

HORÁRIO DO PAVILHÃO DO ORIENTE

início	fim	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
19:00	19:30					
19:30	20:00		Juvenis		Seniores	
20:00	20:30					
20:30	21:00					
21:30	23:00			Juniões (aberto)		

HORÁRIO DO PAVILHÃO DA ESCOLA GASPAR CORREIA

início	fim	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
19:00			Benjamins		Benjamins	
20:00						
20:30						

Convocatória	Hora Jogo	sábado	domingo
09:00H	10:00H		
10:00H	11:30H		Benjamins
14:00H	15:00H		Infantis A
14:30H	15:30H	Iniciados	
16:00H	17:00H		Juvenis
17:00H	18:00H	Seniores Feminino	
18:00H	19:00H		Juniões
20:00H	21:00H	Seniores	

Notas: Horários de Treinos e Jogos
Entradas no Pavilhão da Escola Secundária da Portela 10 minutos antes
Alguma alteração existente, será comunicada atempadamente

POLIDESPORTIVO CAMPUS DA AMP - Parque Desportivo Campo Sintético

início	fim	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
17:45H		Petizes/Traquinas	Traquinas/Benjamins	Petizes/Traquinas	Traquinas/Benjamins	
18:45	20:00H					