

 POLITÉCNICO DE SANTARÉM ESCOLA SUPERIOR DE DESPORTO DE RIO MAIOR	DCFS-2-T2	Período 1.º Semestre
		Ano 2024/2025

Horas	Segunda 23/09/2024	Terça 24/09/2024		Quarta 25/09/2024	Quinta 26/09/2024	Sexta 27/09/2024		
08:00 - 08:30								
08:30 - 09:00	Avaliação e Prescrição do Exercício I [(Ana Rita Terruta Ribeiro Marques de Oliveira); (Isabel dos Santos Vieira); (Maria de Fatima Florentino Gonçalves Ramalho); (Rafael Franco Soares Oliveira)] [Sala4; SCardiofit] [TP]	Biomecânica do Desporto [(Hugo Gonçalo Duarte Louro); (Luiz Henrique Rodrigues Monteiro Gonçalves Santana)] [CNeg_31] [TP]				Avaliação e Prescrição do Exercício I [(Isabel dos Santos Vieira); (Rita Alexandra Prior Falhas Santos Rocha)] [CNeg_Aud] [T]		
09:00 - 09:30								
09:30 - 10:00								
10:00 - 10:30				Fisiologia do Esforço [(Diana Carvalho Filipe); (Rafael Franco Soares Oliveira)] [LabFisiBio] [TP]				
10:30 - 11:00	Sistemática do Desporto III [(Cristiana Isabel André Mercê); (Mafalda Filipa dos Santos Bernardino); (Paulo Jorge Paixão Miguel)] [Pista; Sala4] [TP]	Sistemática do Desporto III [(Cristiana Isabel André Mercê); (Mafalda Filipa dos Santos Bernardino); (Paulo Jorge Paixão Miguel)] [CNeg_40] [TP]		Fisiologia do Esforço [(Diana Carvalho Filipe); (Rafael Franco Soares Oliveira)] [LabFisiBio] [PL]		Biomecânica do Desporto [(Ana Teresa Silveira Conceição); (Hugo Gonçalo Duarte Louro); (Luiz Henrique Rodrigues Monteiro Gonçalves Santana); (Marco António Colaço Branco)] [CNeg_Aud] [T]		
11:00 - 11:30								
11:30 - 12:00								
12:00 - 12:30				Controlo e Aprendizagem Motora [(Mafalda Filipa dos Santos Bernardino)] [Sala7] [TP]		Fisiologia do Esforço [(João Paulo Reis Gonçalves Moreira de Brito); (Rafael Franco Soares Oliveira)] [Sala10] [T]		
12:30 - 13:00								
13:00 - 13:30								
13:30 - 14:00								
14:00 - 14:30	Controlo e Aprendizagem Motora [(Marco António Colaço Branco)] [Aud2] [T]	Crosstraining [(Artur Pereira Sayal); (Isabel dos Santos Vieira)] [PavESDRM] [TP]	Dinâmicas de Grupo no Desporto [(Carla Maria Chicau Costa Borrego)] [Sala5] [TP]	Variações Coreográficas em Aulas de Grupo [(David Alexandre Mestre Brás); (Isabel dos Santos Vieira)] [Ginásio2] [TP]		Fitness III [(Isabel dos Santos Vieira); (Joana Prior de Freitas)] [Ginásio2] [PL]		
14:30 - 15:00								
15:00 - 15:30								
15:30 - 16:00						Fitness III [(Susana Mendes Alves)] [Ginásio2] [TP]		
16:00 - 16:30	Fitness III [(Isabel dos Santos Vieira); (Joana Prior de Freitas)] [Ginásio2] [PL]							
16:30 - 17:00								
17:00 - 17:30								
17:30 - 18:00						Fitness III [(Joana Prior de Freitas); (Maria de		
18:00 - 18:30								
18:30 - 19:00								

19:00 - 19:30					Fatima Florentino Gonçalves Ramalho] [Ginásio2 [TP]	
19:30 - 20:00						