

Atividades para todos

MAIS INFORMAÇÕES:

Junta de Freguesia do Beato

Rua de Xabregas, 67 - 1º

tel. 21 868 11 07

geral@jf-beato.pt

Polo de Atendimento da Picheleira

Mercado Alfacinha,

Rua Eng. Maciel Chaves

tel. 21 849 13 89

ou informe-se na Coletividade

*Atividades promovidas pela JFB e pelas Coletividades.
As atividades e a sua programação poderão sofrer alterações. Confirme sempre as informações com a Junta de Freguesia ou a coletividade.



Atividades para todos

**Da Junta de Freguesia
e das Coletividades** 2024/25



| **Ginástica Moderada** - Prof. André Gaspar - *Sede Vitória Clube de Lisboa - Espaço Ideias*
2ª F e 5ª F > 14h30 às 15h30 | 16h00 às 17h00

| **Cavaquinhos** - Prof. Rui Sequeira - *Espaço Social*
5ª F > 10h00 às 11h30

| **Pintura** - Prof.ª Sofia Andrade - *GRC Onze Unidos*
3ª F > 15h00 às 18h00

| **Inglês** - Prof.ª Mariana Ramos - *Paróquia do Esp. Santo*
5ª F > 17h45 às 19h00

| **Guitarra Clássica** - Prof. Silvestre Fonseca - *Espaço Ideias*
4ª F (online) > 19h00 às 20h30 | 6ª F > 18h00 às 19h00

| **Yoga Suave • Yoga** - Prof.ª Zofia Tomczynska - *Espaço Ideias*
2ª F > 19h00 às 20h00

| **Yoga Kids** - Prof.ª Zofia Tomczynska - *Espaço Ideias*
2ª F > 18h00 às 18h30

| **Hip Hop Kids** - Prof. Julieta Tsamba - *Espaço Ideias*
Sábado > 10h30 às 11h30

| **Futsal Feminino** - Treinador João Costa - *Pavilhão Sarah Afonso - Olivais*
6ª F > 21h00 às 23h00

| **Ballet** - Prof. Ana Rodrigues - *Espaço Social*
2ª F > 18h00 às 20h00 - nível III
3ª F > 18h00 às 20h00 - nível I
4ª F > 18h00 às 20h00 - nível II
5ª F > 18h00 às 20h00 - nível II
6ª F > 18h00 às 20h00 - nível III

| **Treino Funcional** - Prof. Gonçalo Carmona - *Espaço Ideias*
4ª F > 20h00 às 21h00 | 6ª F > 16h00 às 17h00

| **Treino Personalizado | aulas ao ar livre** - Prof. Gonçalo Carmona
Horário flexível

| **Lutas Amadoras** - Prof. David Coelho - *Pavilhão do Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos*
3ª F e 5ª F > 18h00 às 20h00

| **Programa Municipal Lisboa •55 - Ginástica e Dança**
Contactar o *Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos*

| **Jiu Jitsu** - Prof. Sérgio Robalo - *Ginásio do Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos*
2ª F e 4ª F > crianças e jovens - 18h30 às 19h30 | 2ª F, 4ª F e 6ª F > adultos - 19h30 às 21h30
Sáb. > adultos - 10h00 às 12h00

| **Walking Football** - *Pavilhão do Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos*
Sábado > 10h00 às 11h00

| **Escolinhas de Pétanca** - Resp. Amílcar Mota, Gonçalo Oliveira e Carlos Filipe
Campo junto à Sede Social do Clube (Rua Nova do Grilo) Sábado > 10h00 às 12h00

| **Zumba** - Instrutor Pedro Ribeiro - *Instalações GRC Onze Unidos - Sala Ginásio*
3ª F e 6ª F > 19h30 às 20h30

| **Shorinjikempo** - Mestre Fausto Carriço - *Espaço Ideias*
3ª, 5ª e 6ª F > 19h00 às 20h00 Infantis - até aos 12 anos | 20h00 às 21h30 Adultos - a partir dos 13 anos

| **Aulas de natação Sénior** - Responsável da VMBA - Catarina Passos - *Piscina Casal Vistoso*
2ª F e 4ª F > 15h15 às 16h45

| **Aulas Ginástica Sénior** - Responsável da VMBA - Tiago Alves - *Sede Social VMBA*
3ª F e 5ª F > 09h30 às 10h30

| **Aulas de Teatro** - Responsável da VMBA - Catarina Passos - *Sede Social Vitória Clube de Lisboa*
4ª F > 17h00 às 19h00

| **Aulas Hip-Hop (Zona Picheleira)** - Responsável da VMBA - Catarina Passos
Sede Social Vitória Clube de Lisboa, 3ª F e 5ª F > crianças - 18h00 às 19h00 | jovens - 19h00 às 20h00

| **Boxe** - Prof. Nelson Barros - *Sede Social Vitória Clube de Lisboa*
2ª F e 6ª F > jovens - 18h00 às 19h30 | 2ª F, 4ª F e 6ª F > adultos - 19h30 às 21h00

| **Futebol 7 Sénior** - Prof. Rui Santana - *Campo de Jogos do Vitória Clube de Lisboa*
3ª F e 5ª F > 22h00 às 23h00

| **Futebol Formação** - *Campo de Jogos do Vitória Clube de Lisboa - Contactar o clube*
2ª F, 3ª F, 5ª F e 6ª F > 18h30 às 21h00

| **Atletismo Trail e OCR** - *Apenas participação em provas*

| **Atletismo** - Responsável do EVELX António Monteiro - *Mata da Madre de Deus*
3ª e 5ª F > 18h00 às 19h30