

Programa Colónia Aberta



3ª Semana - 28/07 a 01/08 - Semana "X-GAMES"					
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	Dia Pranima	Dia Desportivo	Dia Aquático	Dia Cultural	Dia Aquático
Manhã	Starting Point Gulbenkian	X Challenge Quinta das Conchas	Mergulho Radical Piscinas Monsanto	"Bubble Fight (Bubble Football)" Parque das Nações	Snorkling Piscinas Monsanto
13:00	Douradinhos com Arroz Fruta	Bifinhos de Peru com Puré Gelatina	Almoço Piquenique	Hamburgeres com batatas Fruta	Almoço Piquenique
Tarde	Spy Academy Jardim Amália Rodrigues	"Warzone (Lasertag)" Prior Velho	Mergulho Radical Piscinas Monsanto	Basebal Match Oriente	Snorkling Piscinas Monsanto
17:00 18:00	Chegada	Chegada	Chegada	Chegada	Chegada
Noite					

Nota 1: Todos os Dias aconselhamos que as Crianças levem uma Pequena Mochila, Agasalho, Chapéu e, opcionalmente, uma garrafa de água. Aconselhamos que as crianças não levem objectos de valor, como telemóveis e afins. Em dias de piscina, cada criança deve levar também fato de banho, protector solar, toalha, chinelos, roupa interior para mudar.

Nota 2: Todas as Ementas foram controladas por um Nutricionista da PRANIMA – Pedro Rocha. Poderá por alguma razão, alheia à Pranima, ser alterada a ementa diária, sendo substituída, por outra adequada à ementa elaborada.

Dias da Semana:

Paragens por turno (Partida e Chegada)				
	João XXI	Queluz		
Segunda-Feira	08:00 / 17:00	08:30 / 16:30		
Terça-Feira	08:00 / 17:00	08:30 / 16:30		
Quarta-Feira	08:00 / 17:00	08:30 / 16:30		
Quinta-Feira	08:00 / 17:00	08:30 / 16:30		
Sexta-Feira	08:00 / 17:00	08:30 / 16:30		

Contactos: Coordenador Geral - João Rodrigues - 91 274 71 26 / Coordenador - Diogo Gonçalves - 933 049 435