



Horário de Treinos Setembro 2025

Pavilhão Porto Lazer - Escola Ramalho Ortigão					
R. Dr. Sousa Ávides 72, 4300-487 Porto					
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
19:00 - 19:30	Competição A e B 19:00 - 21:00	Competição A e Não Seniores Convocados 19:00 - 21:00	Competição A e B 19:00 - 21:00	Competição A e Não Seniores Convocados 19:00 - 21:00	Competição A e B 19:00 - 21:00
19:30 - 20:00					
20:00 - 20:30					
20:30 - 21:00					
21:00 - 21:30					
21:30 - 22:00					
22:00 - 22:30					

Pavilhão Porto Lazer - Escola Pêro Vaz de Caminha						
R. Irmã Maria Droste 34, Porto						
	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
9:00 - 10:30						Competição B
10:30 - 12:00						Competição A
19:00 - 19:30	Mini e Não-Seniores 19:00 - 20:30	Lazer / Leisure 19:00 - 21:00	Não-Seniores e Minis Convocados 19:00 - 21:00	Lazer / Leisure 19:00 - 21:00	Mini e Não-Seniores 19:00 - 20:30	
19:30 - 20:00						
20:00 - 20:30	Lazer / Leisure 20:30 - 22:00				Lazer / Leisure 20:30 - 22:00	
20:30 - 21:00						
21:00 - 21:30						
21:30 - 22:00						

Oporto Indoor Games			
R. Eng. Ferreira Dias 1063, 4100-247 Porto			
		Quarta	Sábado
10:00 - 11:30			Não Seniores Lazer / Leisure 10:00 - 11:30
11:30 - 13:00			Lazer / Leisure 11:30 - 13:00
18:00 - 20:00	Lazer / Leisure 18:00 - 20:00		

OBSERVAÇÕES

Respeitar os horários: chegando antes do treino para equipar e aquecer. Parar de jogar quando ocorre a mudança de turno.

Indisponibilidade do treinador: a orientação do treino poderá ficar a cargo de outros treinadores ou atletas.

Alterações: os horários podem ser alterados. **As alterações são comunicadas no grupo de comunicados dos sócios.**

Feriados Nacionais e Municipais: sem treinos nos pavilhões municipais Ramalho Ortigão e Pêra Vaz de Caminha

NOTES

Respect the timetable: arrive before training to get ready, equipped and warming up. Stop playing when there are the shift change.

Unavailability of the coach: other coaches or athletes may be in charge of the training.

Changes: timetables may be altered in the event of unavailability of the hall or coaches. **Changes will be be communicated in the club members' chat group.**

National and Municipal Holidays: Ramalho Ortigão and Pêra Vaz de Caminha municipal pavilions will be closed.