



UNIVERSIDADE SENIOR DA FIGUEIRA DA FOZ

1º Semestre 2024/2025 -Inscrições de 16 a 20 de setembro

Férias Natal-23 de dezembro a 3 de janeiro

HORÁRIO

Horário	Segunda			Terça			Quarta			Quinta			Sexta			
09h30-10h45	Zumba	Espanhol	Artes Decorativas	Ginástica II	Inglês Pré Intermediário	Informática Iniciação	Zumba+Fortificação	Inglês Intermediário	MS Office-Excel	MS Office-Power Point	Ginastica I	Costura Decorativa	Informática Prática		Alegria e Movimento	
11h00-12h15	MS Office-Word	Alemão		Francês Iniciação	Esperanto	Edição de Fotografia Digital	Danças Tradicionais e do Mundo	Francês Quotidiano			Cavaquinho (10h30)		Informática Prática	Inglês Iniciação	Italiano	Yoga
Horario de Almoço 12h30-14h00																
14h30-15h45		Pintura	Literatura Portuguesa	História	Viola	Danças Latinas	Mandarim, Cultura e Atividades	Património			Bridge	O Mundo Gira	Bordados		Tai Chi	
16h00-17h15	Cantares de Alegria	Informática de Apoio				Defesa Pessoal e Karatê	Teatro									

INFORMAÇÕES:

Horário da Secretaria 10h00-12h00 e das 14h00-16h00

PROFESSORES

Alegria e Movimento - Prof.º Luís Paulo
 Artes Decorativas - Prof.º Odete Redondo
 Alemão-Prof.º Fernanda Miranda
 Bridge - Prof. Jorge Lopes
 Bordados - Prof. Irene Mamede
 Cantares de Alegria-Prof.º Maria João Barão
 Costura Decorativa- Prof.º Ivone Pinto
 Danças Latinas-Prof. José Pinto
 Danças Tradicionais e do Mundo - Prof.º Marta Laranjeira
 Defesa Pessoal, Karatê - Prof.º José Pinto
 Esperanto- Prof.º Antonia Carvalho
 Edição de Fotografia Digital- Prof. Luis Ferreira
 Francês Iniciação e Quotidiano- Prof.º Françoise Paraire
 Ginástica I- Prof. Nuno Marques
 Ginástica II- Prof.º Isabel Freitas
 História- Prof.º Fátima Tarrata e Prof.º Guilhermina Luis
 Int. Iniciação-Prof. Luis Ferreira
 Informática de Apoio- Prof. Abel Carvalho
 Informática Prática-Prof. Jose Gorda

MS Office- Word -Prof. José Redondo
 MS Office- Power Point - Prof. Carlos Nascimento
 MS Office-Excel-Prof. Victor Familia
 Inglês Iniciação-Prof. Diogo Seródio
 Inglês Pré Intermediário - Prof. Diogo Seródio
 Inglês Intermediário - Prof. Diogo Seródio
 Italiano e Espanhol- Prof.º Roxana Martinez
 Literatura Portuguesa-Prof.º Dulce Pedrosa
 Mandarim, Cultura e Atividades-Prof.º Lídia Monteiro
 Cavaquinho -Prof. Cristiano Barros
 O Mundo Gira- Vários
 Património - Vários
 Pintura -Prof.º Conceição Ruivo
 Teatro-Prof. Luis Ferreira
 Tai Chi - Prof.º Gina Ribeiro
 Viola - Prof.º José Pinto
 Yoga - Prof.º, Carla Nogueira
 Zumba-Prof. Luís Paulo
 Zumba e Fortificação-Prof. Luis Paulo

1.ºSemestre 2024/2027

Inscrições 1º Semestre -16 a 20 de setembro

Inicio das Aulas-01 de outubro a 28 de Fevereiro

Interrupção Letiva 1.ºSemestre
Natal: 23 de dezembro a 3 de janeiro