

## Cronograma Curso de MASSAGEM DESPORTIVA 2019

|        |                        |
|--------|------------------------|
| Início | 21 Setembro de 2019    |
| Fim    | 14 de Dezembro de 2019 |

| Horas       | SÁBADO                    | DOMINGO                   | SÁBADO                    | DOMINGO                   | SÁBADO                      | DOMINGO                   | SÁBADO                                      | DOMINGO                                     | SÁBADO   |
|-------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|---|---|--|
|             | 21                        | 22                        | 12                        | 13                        | 26                          | 27                        | 9   | 10  | 14   |
|             | SETEMBRO                  |                           | OUTUBRO                   |                           |                             |                           | Novembro                                    |   | DEZEMBRO   |
| 09h00/09h30 | Massagem Desportiva<br>4H | Massagem Desportiva<br>4H | Massagem Desportiva<br>4H | Massagem Desportiva<br>4H | Massagem Desportiva<br>4H   | Massagem Desportiva<br>4H | Ventosaterapia no desporto e massagem<br>4H | Ventosaterapia no desporto e massagem<br>4H | Avaliação Massagem Desportiva e Reflexologia do Pé<br>2,5H |
| 09h30/10h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 10h00/10h30 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 10h30/11h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 11h00/11h30 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 11h30/12h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 12h00/12h30 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 12h30/13h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 13h00/13h30 | ALMOÇO                    | ALMOÇO                    | ALMOÇO                    | ALMOÇO                    | ALMOÇO                      |                           | ALMOÇO                                      | ALMOÇO                                      | ALMOÇO   |
| 13h30/14h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 14h00/14h30 | Massagem Desportiva<br>4H |                           | Massagem Desportiva<br>4H |                           | Massagem Desportiva<br>3,5H |                           |   |   |  |
| 14h30/15h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 15h00/15h30 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 15h30/16h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 16h00/16h30 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 16h30/17h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 17h00/17h30 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |
| 17h30/18h00 |                           |                           |                           |                           |                             |                           |   |   |  |

| Módulo              | Nº de horas |
|---------------------|-------------|
| Massagem Desportiva | 38h         |
| Ventosaterapia      | 8h          |