



Mestrado em Atividade Física, Desporto e Bem-Estar

ANO LETIVO 2025/2026 - 2.º SEMESTRE

1º ANO

	8h00	8h30	9h00	9h30	10h00	10h30	11h00	11h30	12h00	12h30	13h00	13h30	14h00	14h30	15h00	15h30	16h00	16h30	17h00	17h30	18h00	18h30	
2ªFEIRA													14:00h - 17:00h										
													Desportos Adaptados										
													Sala 3										
													Atividades de Grupo			Sala 2							
3ªFEIRA				9:00h - 12:00h				11:30h - 13:00h				14:00h - 15:30h			15:30h - 18:30h								
				Preparação Física e Fatores de Rendimento				Exercício, Envelhecimento e Bem-Estar				Exercício, Envelhecimento e Bem-Estar			Exercício Clínico								
			Sala de Reuniões				Sala de Reuniões				Sala de Reuniões			Sala de Reuniões									
4ªFEIRA	8:00h - 11:00h						11:00h - 14:00h																
	Psicologia da Atividade Física e do Desporto						Atividade Física, Bem-estar e Estilos de Vida Saudáveis																
	Auditório						Lab. Desporto																
							Prática Desportiva e Bem-Estar																
						Biblioteca																	
5ªFEIRA	08:00h - 10:00h																						
	Atividades Individuais de Cardiofitness																						
			Sala 1																				
6ªFEIRA																							

Preparação Física e Fatores de Rendimento - Professor Pedro Forte/Pedro Afonso/Alexandra Malheiro

Exercício, Envelhecimento e Bem-Estar - Professor Pedro Forte

Prática Desportiva e Bem-Estar - Professor Pedro Forte/Pedro Afonso

Exercício Clínico - Professor Rafael Peixoto

Psicologia da Atividade Física e do Desporto - Professor Miguel Leal e Professora Joana Ribeiro ®

Atividade Física, Bem-Estar e Estilos de Vida Saudáveis - Professora Amanda Batista

Atividades Individuais de Cardiofitness - Professor Luís Ferreira

Atividades de Grupo - Professora Alexandra Malheiro

Desportos Adaptados - Professor Pedro Flores