



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						Exercício, Envelhecimento e				Exercício Clínico							
			Sala de Reuniões				Sala de Reuniões						Sala de Reuniões				Sala de Reuniões							
4ªFEIRA	8:00h - 11:00h						11:00h - 14.00h								15:00h - 17:00h									
	Psicologia da Atividade Física e do Desporto						Atividade Física, Bem-estar e Estilos de Vida Saudáveis								Atividades Individuais de Cardiofitness									
	Auditório						Lab. Ciências								Lab. Desporto									
							Prática Desportiva e Bem-Estar																	
							Sala de Reuniões																	
5ªFEIRA																								
6ªFEIRA																								

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