

ESCOLA DE TÊNIS



JAIME CALDEIRA

# O Tênis é a Nossa Paixão!

A Escola de Tênis Jaime Caldeira vai organizar as Férias Desportivas de Verão 2025 para crianças e jovens entre os 6 e 14 anos de idade. Através do nosso programa, proporcionamos aos pais a ocupação dos seus filhos durante o período de interrupção letiva das escolas e às crianças e jovens uma alternativa saudável e divertida de fazerem atividade física. Aqui podem encontrar todas as informações para que possam começar a planear, com a devida antecedência, umas magníficas férias desportivas para os seus filhos.

## INSCRIÇÃO

Poderá inscrever-se em uma ou mais semanas: Semana 1 (29 de junho a 3 de julho); Semana 2 (6 a 10 de julho); Semana 3 (13 a 17 de julho); Semana 4 (18 a 24 de julho); Semana 5 (27 de julho a 31 de julho).

Submeter o formulário de inscrição online → [clique aqui](#)

Enviar comprovativo de pagamento para [etjc20@gmail.com](mailto:etjc20@gmail.com)

### Valores:

Membros: 165,00€

Não-membros: 214,50€

IBAN → PT50 0010 0000 4899 7400 0018 8 | Clube Tênis Tejo

\* almoço e lanche da tarde incluídos de 2ª a 5ª feira incluídos; seguro incluído;

### Descontos:

10% desconto em inscrições até 14 de junho de 2026

10% Irmãos / + de 2 Semanas

\*Descontos não acumuláveis

## HORÁRIO

A receção aos participantes será feita entre as 8h00 e as 9h00, no corredor que separa os *courts* de ténis. As atividades iniciam-se às 9h.

Iremos fazer um lanche a meio da manhã entre as 10h00 e as 10h30. O almoço será às 12h30 e o lanche da tarde às 16h. As atividades terminam às 17h00 e deverão vir buscar os participantes até às 18h00, nas relvas atrás do café do clube.

## REFEIÇÕES

O almoço e o lanche da tarde entre 2ª feira e 5ª feira estão incluídos e serão na cantina do Colégio Oriente.

O lanche da manhã ficará à responsabilidade de cada participante.

O almoço e lanche da tarde de 6ª feira serão um grande piquenique e cada participante é responsável por trazer a sua alimentação de casa que poderão partilhar com os restantes participantes.

## COMPORTAMENTO

Todos os participantes devem cumprir com seriedade as instruções e regras transmitidas pelos monitores. Os participantes integram todas as atividades, exceto por razões justificadas de carácter pessoal ou médico.

## MATERIAL

O vestuário deve ser adequado à prática desportiva. É obrigatório trazer uma mochila com lanche da manhã, garrafa de água, boné e protetor solar. Devem evitar levar objetos de valor.

## ATIVIDADES/PROGRAMA

Desenvolvemos um programa semanal muito atrativo com diversas atividades, sendo o Tênis a principal. Entre outras atividades, teremos caça ao tesouro, capoeira, tiro com arco, padel, ténis de praia e baseball. Todas as atividades serão realizadas nos *courts* de ténis do clube e/ou nas relvas em redor do mesmo.

## CONTACTOS

Tiago Carrapato – 965 887 038 – [etjc20@gmail.com](mailto:etjc20@gmail.com)

**Desde 2002, as melhores Férias Desportivas no Parque das Nações.**

#OTéniséanossaPaixão

[www.etjc.pt](http://www.etjc.pt)