

## 24-mai-26

Início	Fim	Acção	Treinador / Estagiário	Grupo	Local
7:30	8:50	Pequeno Almoço			Herdade Lago Real
9:00	9:30	Warm Up	FitMe - Mira	Todos	
9:30	13:15	Private Lessons			
11:45	12:30	Lecture	Milene Matias	Todos	Copacabana
12:30	13:30	Lunch Athletes "Standard"			
13:30	14:30	Lunch Athletes "Latinas"			
14:00	14:45	Standard	Alberto Rodrigues	Grupo 1 + Grupo 3	Pavilhão de Mira
14:45	15:30	Latinas	Sergiu Luca	Grupo 4	
		Standard	André Viana	Grupo 1	
15:30	16:15	Latinas	Telmo Madeira & Vanessa Ferrão	Grupo 2 + Grupo 4	
16:15	17:00	Latinas	João Martins & Sara Meireles	Grupo 4	
			Daniil Bondarenco & Juliana Reis	Grupo 2	
17:00	17:45	Latinas	Telmo Madeira & Vanessa Ferrão	Grupo 4	
17:45	18:30	Standard	João Martins	Grupo 1 + Grupo 3	
18:30	19:15	Latinas	Alberto Rodrigues	Grupo 4	
			Vitor Fernandes	Grupo 2	
19:15	20:00	Latinas	Sergiu Luca	Grupo 2 + Grupo 4	
20:15	21:15	RONDAS Latinas & Standard			Pavilhão de Mira