

ESCOLA DE ARTES DO TORRENSE - 2025/2026



HORÁRIO - DANÇA & BEM-ESTAR

2ª Feira				3ª Feira			4ª Feira			5ª Feira				6ª Feira			Sábado		
Estúdio OR	Estúdio ISR	Estúdio FLG	Pavilhão TM	Estúdio OR	Estúdio ISR	Estúdio FLG	Estúdio OR	Estúdio ISR	Estúdio FLG	Estúdio OR	Estúdio ISR	Estúdio FLG	Pavilhão TM	Estúdio OR	Estúdio ISR	Estúdio FLG	Estúdio OR	Estúdio ISR	Estúdio FLG
																	HIP-HOP		
																	Kids 10:15 - 11:00		
																	_ 45 min.		
																			<u> </u>
			<u> </u>										<u> </u> 						
					YOGA														
					75' A										YOGA 90' A				
PRÉ-BALLET 18:00- 18:45					17:30 - 18:45 MM 75 min.		PRÉ-BALLET 18:00- 18:45						 		17:30 - 19:00				
SC 45 min.							SC 45 min.								MM 90 min.				
BALLET	BALLET INIC. 18:30 - 19:15 AnP 45 min.		i I I	Dança Contemp.			BALLET	НІР-НОР	BALLET INIC. 18:30 - 19:15 AnP 45 min.	Dança Contemp.			i i i						
ELEMENTAR 1	AIIF 45 IIIIII.			CONTEMPO			ELEMENTAR 1	Kids 18:45 - 19:30	AIIF 45 IIIIII.	CONTEMPO KIDS									
18:45 - 19:45 SC 60 min.	BALLET			к ірs 18:45- 19:45	YOGA 75' B	НІР-НОР	18:45 - 19:45 SC 60 min.	_ 45 min.	BALLET	18:45- 19:45		TM			YOGA				
	ELEMENTAR 2	19:00 - 20:30 (ocupado		AP 60 min.	19:00 - 20:15	Inic. 19:15- 20:15			ELEMENTAR 2	AP 60 min.		HIP-HOP Inic. 19:15- 20:15			90' B				
	19:15 - 20:15 AnP 60 min.	Teatro Musical)		Dança	MM 75 min.	_ 60 min.			19:15 - 20:15 AnP 60 min.	TM Dança		_ 60 min.			19:05 - 20:35 MM 90 min.				
BALLET AVANÇADO +				Contemp. ARTIZ			BALLET AVANÇADO			Contemp. ARTIZ									
PONTAS				19:45- 21:00			+ PONTAS			19:45- 21:00									15
19:45 - 21:15 SC 90 min.				AP 75 min.			19:45 - 21:15 SC 90 min.			AP 75 min.									15 Setembro 2025
																			no 2025

	Sandra Costa	Pré-Ballet / Ballet Elementar / Ballet Avançado + Pontas					
	Andreia Pereira Ballet Iniciação / Ballet Elementar						
	Ana Perdigão	Dança Contemporânea CONTEMPO KIDS / Dança Contemporânea ARTIZ					
	Nádia Evaristo	Hip-Hop Kids EA / Hip-Hop EA					
	Mariana Margarida	Yoga					