

HORÁRIO 2023/24

ESCOLA DE DANÇA MOVIMENTO

MOVIMENTO@ESTUFA.PT

TEL 969 126 309

WWW.ESTUFA.PT/ESCOLA-DE-DANCA-MOVIMENTO

SEGUNDA

| | | |
|-------|---|-------------|
| 8:00 | Yoga | 60min S4 |
| 16:00 | Movimento adultos | 60min S1 |
| 17:30 | Contemporâneo kids | 60min S4 |
| 17:30 | Hip Hop iniciação | 60min S1 |
| 18:00 | TDC IV | 90min S2 |
| 18:30 | Contemporâneo intermédio | 60min S1 |
| 18:30 | Ballet avançado | 60min S3 |
| 18:30 | Ballet intermédio II | 60min S4 |
| 19:30 | Barra de Chão ballet intermédio + ballet avançado | 60min S2 |
| 19:30 | TDC I | 60min S4 |
| 19:30 | Contemporâneo avançado | 60min S1 |
| 19:30 | TDC III | 90min S2 |
| 20:30 | Oficina Coreográfica contemp. avançado | 60min S1 |

TERÇA

| | | |
|-------|---|-------------|
| 14:30 | Contemporâneo iniciação I | 60min S1 |
| 16:30 | Aulas Personalizadas | 60min S1 |
| 17:00 | Yoga | 75min S4 |
| 17:30 | Hip Hop kids | 45min S1 |
| 17:30 | TDC II | 60min S2 |
| 18:30 | Hip Hop iniciação | 60min S1 |
| 18:30 | Progressing Ballet Technique TDC II + III | 60min S2 |
| 18:30 | Contemporâneo kids II | 60min S4 |
| 19:30 | Hip Hop intermédio | 60min S1 |
| 19:30 | TDC III | 60min S2 |
| 19:30 | Contemporâneo iniciação II | 60min S4 |
| 19:30 | Ballet iniciação | 60min S3 |
| 20:30 | Oficina Coreográfica TDC III | 60min S2 |
| 20:30 | Contemporâneo adultos | 60min S4 |
| 20:30 | Hip Hop avançado A | 60min S1 |

QUARTA

| | | |
|-------|---|-------------|
| 8:00 | Yoga | 60min S4 |
| 17:00 | TDC I | 60min S4 |
| 17:00 | Pilates | 60min S1 |
| 17:00 | Contemporâneo intermédio | 60min S2 |
| 18:00 | Dança Criativa I | 45min S4 |
| 18:00 | Ballet iniciação | 60min S3 |
| 18:00 | Oficina Coreográfica contemp. > 12 anos | 60min S1 |
| 18:00 | TDC II | 60min S2 |
| 19:00 | Contemporâneo iniciação II | 60min S2 |
| 19:00 | TDC V | 90min S4 |
| 19:00 | Pré-ballet | 45min S3 |
| 19:00 | Pilates | 60min S1 |
| 20:00 | Ballet adultos | 60min S1 |
| 20:30 | Oficina Coreográfica TDC V | 60min S2 |

QUINTA

| | | |
|-------|---|-------------|
| 8:30 | Yoga | 75min S4 |
| 15:30 | Aulas Personalizadas | 60min S1 |
| 16:30 | Aulas Personalizadas | 60min S1 |
| 17:30 | Hip Hop iniciação | 60min S1 |
| 18:00 | TDC IV | 90min S2 |
| 18:30 | Hip Hop intermédio | 60min S1 |
| 18:30 | Pré-ballet novos alunos | 45min S4 |
| 19:00 | Oficina Coreográfica TDC IV | 60min S2 |
| 19:30 | Contemporâneo iniciação I | 60min S1 |
| 19:30 | Ballet intermédio II | 60min S4 |
| 20:30 | Progressing Ballet Technique TDC IV + V | 60min S2 |
| 20:30 | Hip Hop adultos | 60min S1 |

SEXTA

| | | |
|-------|------------------------|-------------|
| 8:00 | Yoga | 60min S4 |
| 14:15 | Hip Hop intermédio | 60min S1 |
| 17:30 | Aulas Personalizadas | 60min S1 |
| 17:45 | Pré-ballet | 45min S4 |
| 18:00 | Contemporâneo avançado | 90min S2 |
| 18:30 | Ballet intermédio I | 60min S1 |
| 18:30 | Ballet avançado | 60min S4 |
| 19:30 | Dança Criativa II | 60min S3 |
| 19:30 | TDC V | 90min S2 |
| 19:30 | Hip Hop avançado B | 60min S1 |
| 19:30 | Pilates | 60min S4 |

SÁBADO

| | | |
|-------|---------------------------|-------------|
| 9:30 | Hip Hop intermédio | 60min S1 |
| 9:30 | Hip Hop kids | 45min S4 |
| 9:30 | Ballet intermédio I e II | 60min S2 |
| 10:30 | Contemporâneo iniciação I | 60min S1 |
| 10:30 | Pré-ballet | 45min S2 |
| 10:30 | Hip Hop iniciação | 60min S4 |
| 11:15 | Dança Criativa I | 45min S2 |
| 11:30 | Hip Hop avançado B | 60min S1 |
| 12:00 | Ballet iniciação | 60min S2 |
| 12:30 | Hip Hop avançado A | 60min S1 |

Inês Gomes

Joana Domingos

António Dionísio

Ana Margarida Martins

Mónica Figueiredo

João Cabaça

Patrícia Rosado

Andreia Sousa

Diana Tomé