

■ D E U T S C H E  
■ S C H U L E  
■ L I S S A B O N

Escola Alemã de Lisboa

# Atividades Extracurriculares da Escola Alemã de Lisboa Campus Estoril 2023/2024



# Desporto



## Karaté

*Carlos Vila*

### **Jardim de Infância e Pré-Primária**

**Horário:** Segundas-feiras 16:00 – 16:45

**Min.:** 4 alunos/as

**Máx.:** 20 alunos/as

**Preço mensal: 48,00€**

### **Primária: 1º-3º anos**

**Horário:** Quartas-feiras 15:15 – 16:00

**Min.:** 4 alunos/as

**Máx.:** 20 alunos/as

**Preço mensal: 48,00€**

O karatê promove o equilíbrio bem como o controlo do corpo. O karatê para crianças é uma excelente forma de treinar todo o corpo. Ao contrário de muitos outros desportos, as crianças precisam de muita resistência, bem como de força nos braços, pernas e tronco.

# Yoga Kids

*Carlos Vila*

## **Jardim de Infância e Pré-Primária**

**Horário:** Terças-feiras 16:00 – 16:45

**Min.:** 4 alunos/as

**Máx.:** 20 alunos/as

**Preço mensal: 48,00€**

## **Primária: 1º-3º anos**

**Horário:** Terças-feiras 15:15 – 16:00

**Min.:** 4 alunos/as

**Máx.:** 20 alunos/as

**Preço mensal: 48,00€**

O Yoga ajuda as crianças a moverem-se com maior consciência e segurança, oferecendo a possibilidade de conviver com o melhor de si próprio e ensinando a harmonizar as suas energias. A prática do Yoga para crianças assenta em exercícios lúdicos. As crianças fazem jogos e aprendem vários exercícios de respiração. Praticam o equilíbrio e fazem movimentos a imitar o movimento dos animais na natureza. O Yoga acalma as crianças e melhora a sua postura corporal. Fortalece o sistema muscular e corrige a estrutura óssea através da prática de posições adequadas às crianças. São exercícios saudáveis e divertidos. Venham todos praticar! Namasté!

# Artes Circenses

*Leela Puma*

## **Jardim de Infância e Pré-Primária**

**Horário:** Terças-feiras 16:00 – 16:45

**Min.:** 6 alunos/as

**Máx.:** 12 alunos/as

**Preço mensal: 53,00€**

## **Primária: 1º-3º anos**

**Horário:** Terças-feiras 15:15 – 16:00

**Min.:** 6 alunos/as

**Máx.:** 12 alunos/as

**Preço mensal: 53,00€**

No mundo do novo circo não só encontrarás a arte da acrobacia, mas também objetos fantásticos que iremos virar, balançar, lançar e manipular com habilidade. Deixa-te surpreender por novos ritmos e jogos de grupo. A pedagogia do circo cria um espaço onde todos descobrem algo de novo sobre si próprio e se sentem confortáveis.

# Música



## Aulas de Piano

*Bistra Anastasova*

**Primária: 1º-3º anos**

**Horário:** Sextas-feiras 14:45 – 15:30h  
e/ou

**Horário:** Sextas-feiras 15:30 – 16:00h

**Min.:** 4 alunos/as por grupo

**Máx.:** 5 alunos/as por grupo

**Preço mensal: 82,00€**

Para as crianças tocar um instrumento pela primeira vez é uma aventura emocionante. A criança aprende que os progressos podem ser feitos com dedicação e pode descobrir os seus próprios talentos. Nesta faixa etária recomenda-se a realização de aulas em pequenos grupos de no máximo 4 alunos, uma vez que a motivação é maior.

# Línguas



## PaF

# Português como Língua Estrangeira

*Madalena Bastos*

**Jardim de Infância e Pré-Primária**

**Horário:** Quartas-feiras 16:00 – 16:45

**Min.:** 6 alunos/as

**Máx.:** 15 alunos/as

**Preço mensal: 62,00€**

**Primária: 1º-3º anos**

**Horário:** Quartas-feiras 15:15 – 16:00

**Min.:** 6 alunos/as

**Máx.:** 15 alunos/as

**Preço mensal: 62,00€**

A aprendizagem de uma nova língua é uma sensação única de realização em qualquer idade. Para as crianças, a aquisição de línguas é intuitiva e natural e a facilidade e a alegria da experiência podem contribuir para aumentar a sua confiança e vontade de aprender.

# Línguas

## Inglês

*Katharina Zehner*

### Jardim de Infância e 1º ano

**Horário:** Sextas-feiras 16:00 – 16:45

**Min.:** 4 alunos/as

**Máx.:** 20 alunos/as

**Preço mensal: 62,00€**

### Primária: 2º + 3º anos

**Horário:** Sextas-feiras 15:15 – 16:00

**Min.:** 4 alunos/as

**Máx.:** 20 alunos/as

**Preço mensal: 62,00€**

A aprendizagem de uma nova língua é uma sensação única de realização em qualquer idade. Para as crianças, a aquisição de línguas é intuitiva e natural e a facilidade e a alegria da experiência podem contribuir para aumentar a sua confiança e vontade de aprender.

