

Estética, Cosmética e Bem-Estar - 2º Ano

1º semestre 2026/2027 - v - 14/09/2026

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
08:00-08:30							
08:30-09:00			EI [TP]				
09:00-09:30			1-2				
09:30-10:00					SA [TP]		
10:00-10:30					0-4		
10:30-11:00		SOP [TP]	TII [TP]	CRI [TP]			
11:00-11:30		0-4	1-2	0-6	SA [TP]		
11:30-12:00					0-4		
12:00-12:30							
12:30-13:00							
13:00-13:30							
13:30-14:00							
14:00-14:30	TII [TP]	TII [PL]	D [TP]				
14:30-15:00	0-3	LC	0-3				
15:00-15:30							
15:30-16:00							
16:00-16:30		D [PL]					
16:30-17:00		1-3					
17:00-17:30		C [TP]					
17:30-18:00		1-1					
18:00-18:30							
18:30-19:00		C [TP]					
19:00-19:30		1-1					
19:30-20:00							
20:00-20:30							
20:30-21:00							
21:00-21:30							
21:30-22:00							
22:00-22:30							
22:30-23:00							
23:00-23:30							
23:30-00:00							

C - Controlo do peso
SA - Saúde e Alimentação

CRI - Comunicação e Relacionamento Interpessoal
SOP - Saúde Ocupacional e Primeiros socorros

D - Dermocosmética
TII - Tecnologia de cosméticos II

EI - Empreendedorismo e Inovação
TII - Técnicas de cuidados de beleza II