



Universidade Federal do Amazonas
Faculdade de Tecnologia - FT
Engenharia Civil



UFAM

RELATÓRIO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO

Por
Caroline Santos da Silva

Manaus, 01 de julho de 2025



RELATÓRIO DE ESTÁGIO SUPERVISIONADO

Por

Caroline Santos da Silva

Relatório Técnico elaborado como parte dos requisitos da disciplina Estágio Supervisionado para a integralização dos créditos do curso de Engenharia Civil.

Professor-orientador: Prof. Dr. Winston Junior Zumaeta Moncayo.

Supervisor: Jeú Linhares Bentes Junior.

Empresa: Apoiar Projetos Ltda.

Manaus, 01 de julho de 2025



SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	5
2. APRESENTAÇÃO DO LOCAL DE TRABALHO	6
3. TEMPO E ÁREA DE ATUAÇÃO DA EMPRESA	6
4. APRESENTAÇÃO DO SUPERVISOR DO ESTÁGIO.....	6
5. EQUIPAMENTOS DISPONÍVEIS AO ESTAGIÁRIO.....	6
6. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO AMBIENTE DE ESTÁGIO.....	7
6.1. MARÇO.....	7
6.2. ABRIL	15
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
8. REFERÊNCIAS	25
ANEXO I - CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO	26



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 01: Projeto Passaredo, lote 125. Fonte: Apoiar Projetos Ltda.	7
Figura 02: Lançamento Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	8
Figura 03: Lançamento alinhado Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	9
Figura 04: Locação pilares baldrame Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	9
Figura 05: Locação pilares 1º pavimento Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	10
Figura 06: Vista 3D lateral esquerda Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	11
Figura 07: Vista 3D lateral direita Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	11
Figura 08: Estrutural escada térreo-1º pav Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	12
Figura 09: Fachada frontal Aristocrático, lote 37. Fonte: Apoiar Projetos Ltda.	13
Figura 10: Fachada posterior Aristocrático, lote 37. Fonte: Apoiar Projetos Ltda.	13
Figura 11: Pilar parede Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.	14
Figura 12: Vista 3D lateral direita Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.	15
Figura 13: Maquete piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.	16
Figura 14: Detalhamento telas piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.	17
Figura 15: Detalhamento fundo piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.	17
Figura 16: Detalhamento contenção piscina Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.	18
Figura 17: Vista 3D piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.	18
Figura 18: Maquete vista frontal Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	19
Figura 19: Maquete vista posterior Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	20
Figura 20: 3D vista frontal Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	21
Figura 21: 3D vista posterior Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	21
Figura 22: 3D muro e piscina Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	22
Figura 23: Detalhamento escada Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	22
Figura 24: Detalhamento escada Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	23



ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 01: Níveis do projeto Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.	8
Tabela 02: Níveis do projeto Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.....	14
Tabela 03: Níveis do projeto Marina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.	16
Tabela 04: Níveis do projeto Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	19
Tabela 05: Níveis piscina e muro Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.	22



1. INTRODUÇÃO

O estágio supervisionado é uma etapa fundamental na formação acadêmica, pois possibilita a aplicação prática dos conhecimentos teóricos adquiridos ao longo do curso, promovendo o desenvolvimento profissional e pessoal do estudante. Ademais, o projeto pedagógico do curso de Engenharia Civil da UFAM estabelece a obrigatoriedade do estágio supervisionado na sua grade curricular. Durante essa experiência, torna-se evidente que a vida profissional não é igual à vida de estudante.

No ambiente de trabalho, o estudante é desafiado com novos projetos e demandas, buscando soluções, lidando com prazos, responsabilidades e cobranças que vão além do que é vivenciado na faculdade. Essa realidade exige iniciativa, comprometimento e a capacidade de adaptação a diferentes contextos e situações. Por meio da vivência no ambiente de trabalho, o aluno tem a oportunidade de entender melhor a dinâmica da sua futura área de atuação, desenvolver habilidades técnicas, além de contribuir com as atividades da instituição concedente.

Este relatório tem como objetivo apresentar as atividades desenvolvidas durante o estágio supervisionado, realizado no período de 18 de março a 30 de abril, na instituição Apoiar Projetos Ltda, sob a supervisão do Engenheiro Jeú Linhares Bentes Junior e orientação acadêmica do Prof. Dr. Winston Junior Zumaeta Moncayo. O estágio foi realizado como parte integrante do currículo do curso de Engenharia Civil, da Universidade Federal do Amazonas. Durante esse período, o estagiário ficou responsável pelo desenvolvimento de projetos estruturais, contribuindo diretamente para as demandas técnicas da empresa.



2. APRESENTAÇÃO DO LOCAL DE TRABALHO

O estágio supervisionado foi realizado na empresa Apoiar Projetos Ltda., localizada na Rua Leonor Teles, 275, Adrianópolis, pelo turno da manhã de segunda a sábado, apresentado no anexo 1. A principal atuação do estagiário aconteceu no escritório, acompanhando as demandas e serviços prestados pela empresa e que são apresentados ao longo deste relatório.

3. TEMPO E ÁREA DE ATUAÇÃO DA EMPRESA

A Apoiar Projetos Ltda é uma empresa que atua na área de engenharia civil e arquitetura, prestando serviços de projetos arquitetônicos, estruturais e complementares desde 2018, além de outros serviços relacionados como consultoria, acompanhamento e gestão de obras. O objetivo da empresa é satisfazer os clientes e executar obras de maneira que sejam concluídas dentro do prazo determinado, prezando pela qualidade, segurança, eficiência e conformidade com as normas técnicas vigentes.

4. APRESENTAÇÃO DO SUPERVISOR DO ESTÁGIO

O supervisor do estágio na empresa é o Engenheiro Civil Jeú Linhares Bentes Junior. Possui graduação em Direito pela Universidade Luterana do Brasil e em Engenharia Civil pela Universidade Federal do Amazonas - UFAM. Mestrado em Ciências do Ambiente e Sustentabilidade na Amazônia pela Universidade Federal do Amazonas. Especialização em Planejamento e Gerenciamento de Águas e Direito Processual Civil, ambas pela Universidade Federal do Amazonas.

5. EQUIPAMENTOS DISPONÍVEIS AO ESTAGIÁRIO

Os equipamentos disponibilizados ao estagiário para realização do estágio foram: computadores, impressoras e programas como Cypecad, AutoCAD e Revit.

6. ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO AMBIENTE DE ESTÁGIO

6.1. MARÇO

No primeiro mês de estágio, foram desenvolvidos dois projetos estruturais de residências unifamiliares. O primeiro projeto foi iniciado em 17/03/2025 e contempla uma área construída de 332,34 m² para a residência e 13,14 m² para a piscina, totalizando 345,48 m². A edificação possui três pavimentos: subsolo, térreo e primeiro andar, e está situada no lote 125 do Condomínio Passaredo. Pode-se observar o projeto da residência na Figura 01.



Figura 01: Projeto Passaredo, lote 125. Fonte: Apoiar Projetos Ltda.

Inicialmente, utilizou-se o Revit para o lançamento estrutural, por meio das plantas executivas dos pavimentos, além de auxiliar na verificação das cotas de cada nível, apresentados na Tabela 01.

PASSAREDO - LOTE 125	
Pavimento	Cota (m)
Cob caixa d'água	0,80
Cobertura 02	0,59
Cobertura 01	1,37
Det fachada	1,93
1º pavimento	3,30
Térreo	3,00
Subsolo	

Tabela 01: Níveis do projeto Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

Para melhor organização e visualização, os pavimentos foram exportados e destacados com cores diferentes no AutoCAD: subsolo (azul), térreo (vermelho), primeiro pavimento (amarelo) e cobertura (verde), conforme ilustrado na Figura 02.



Figura 02: Lançamento Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

Depois de identificar cada pavimento, é importante alinhá-los usando uma referência — como a lateral da escada, um muro ou qualquer parte que se repita em todos eles. Isso ajuda a visualizar melhor o alinhamento, como mostrado na figura 03.

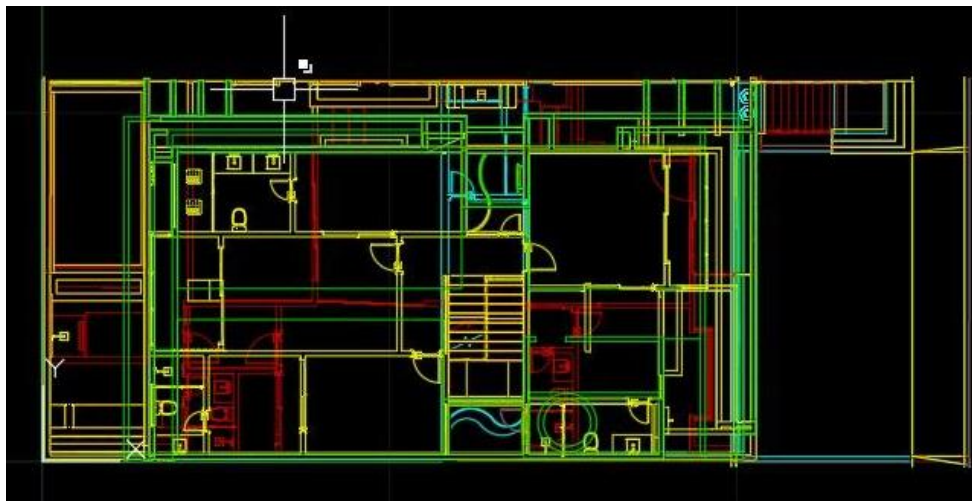


Figura 03: Lançamento alinhado Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

Com os níveis definidos e o lançamento concluído, utiliza-se o Cypecad para dar início ao projeto estrutural. O lançamento é inserido na 'máscara', sendo aplicado a todos os grupos (níveis já definidos). Em seguida, é possível iniciar a locação dos pilares, respeitando seus limites e alinhamentos. É fundamental priorizar a continuidade dos pilares entre os pavimentos, buscando reduzir sua quantidade sempre que possível, manter um espaçamento máximo de 5 metros entre eles e analisar cuidadosamente o melhor local para posicioná-los, considerando todos os níveis alinhados. Após essa etapa, os pilares devem ser numerados de forma crescente (P1, P2, P3...), seguindo a ordem da direita para a esquerda e de cima para baixo, conforme ilustrado nas Figuras 04 e 05 (exemplos do baldrame e 1º pavimento).

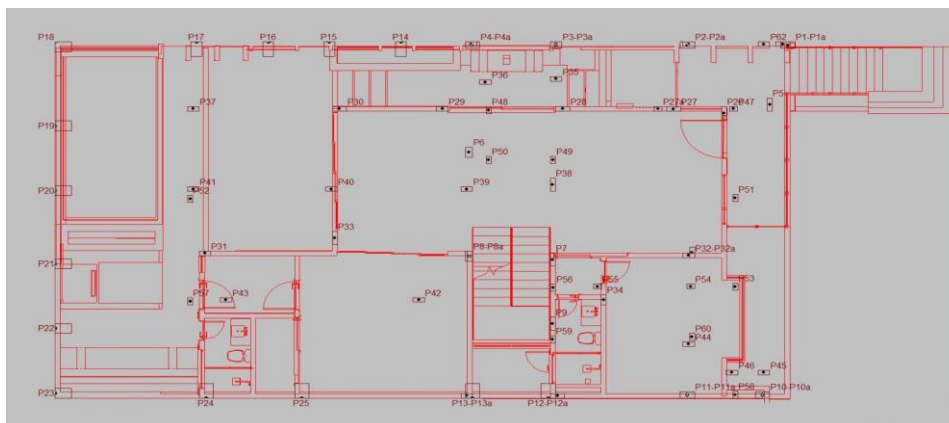


Figura 04: Locação pilares baldrame Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

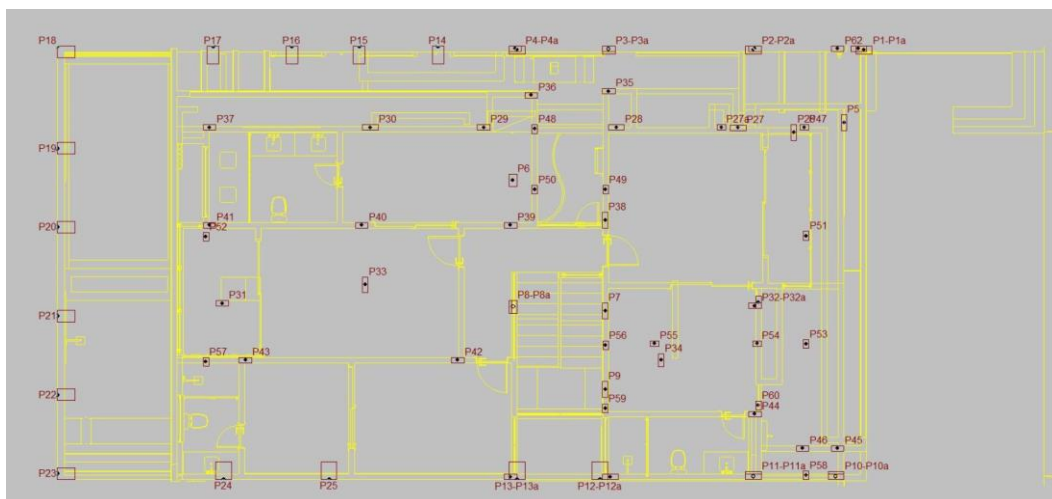


Figura 05: Locação pilares 1º pavimento Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

Após a definição dos pilares, passa-se à locação das vigas. Elas devem ser posicionadas nos locais onde haverá levantamento de alvenaria, seguindo as indicações do projeto arquitetônico, especialmente em relação às alturas dos forros (quando houver). É necessário atenção durante o lançamento, principalmente por conta dos porta-forros — geralmente, as vigas externas são 3 cm a mais de altura do que as internas.

No entanto, em alguns casos, as alturas previstas podem não ser suficientes para suportar as cargas atuantes. Nesses casos, é possível aumentar a altura das vigas nos trechos onde houver paredes, pois isso não compromete o projeto arquitetônico. Ainda assim, é importante destacar que, sempre que for possível reduzir as alturas sem comprometer a segurança, essa medida deve ser adotada para evitar o superfaturamento da obra.

O próximo passo é a locação das sapatas. Para isso, inicia-se com a análise do laudo de sondagem, que indica o tipo de fundação mais adequado: sapatas ou estacas. No projeto em questão, não houve necessidade de utilizar estacas, sendo adotadas apenas sapatas. Foram utilizadas sapatas de 120x120x40 cm para os pilares que recebem maior carga, e sapatas de 100x100x40 cm para os pilares submetidos a cargas menores.

Durante a locação, teve-se atenção especial com as sapatas de divisa, garantindo que não ultrapassassem os limites do lote vizinho. Vale ressaltar que a estrutura do muro de divisa

foi executada juntamente com a da residência, pois há elementos estruturais interligados entre eles.

Depois que as sapatas foram posicionadas, foi feita a colocação das lajes. Utilizou-se a laje pré-moldada com tela Q92, posicionada no sentido do menor vão para reduzir a deformação. No trecho do barrilete, foi adotada laje maciça com 15 cm de altura. Com todos os elementos estruturais locados, é possível verificar, por meio da vista 3D e da exportação em formato IFC, se o projeto estrutural está em conformidade com o projeto arquitetônico (Figura 06 e 07).

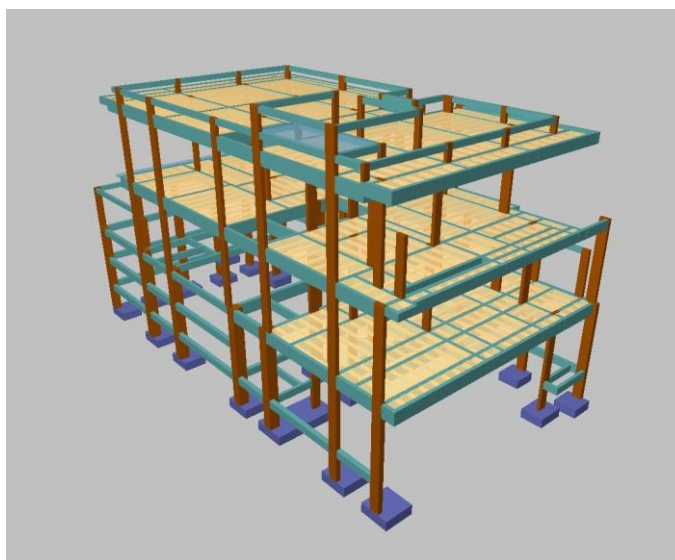


Figura 06: Vista 3D lateral esquerda Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

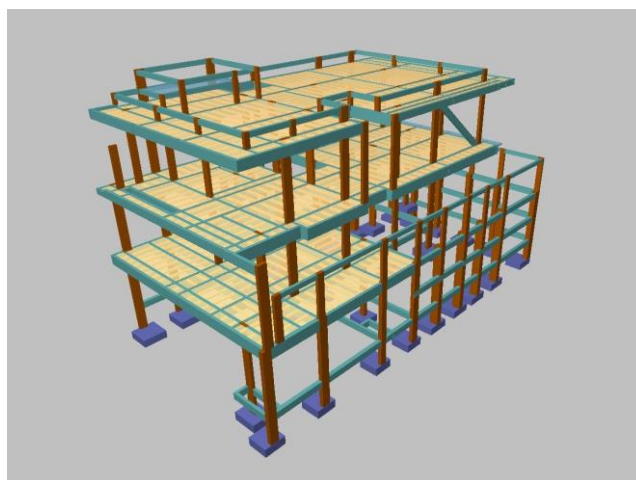


Figura 07: Vista 3D lateral direita Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

Após verificar que as locações estavam de acordo com o projeto estrutural, foi realizado o detalhamento dos pilares e vigas. Nessa etapa, são posicionadas as barras de aço, respeitando o diâmetro e a quantidade definidos para suportar as cargas atuantes. Em seguida, foi desenvolvido o estrutural das escadas no AutoCAD, utilizando as medidas do projeto arquitetônico como base (Figura 08).

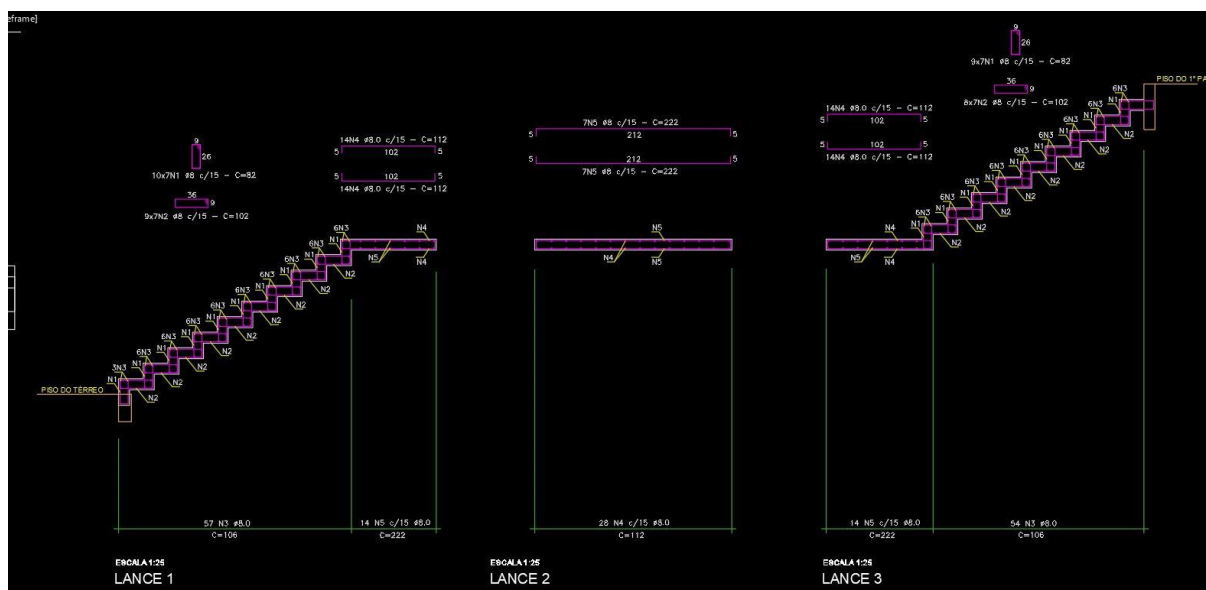


Figura 08: Estrutural escada térreo-1º pav Passaredo, lote 125. Fonte: Própria.

Depois, foi elaborado o projeto estrutural da piscina, seguindo o mesmo processo adotado na residência. Com todos os elementos detalhados, os desenhos foram organizados em pranchas no AutoCAD e, por fim, os arquivos foram compilados e salvos em formato PDF. O projeto estrutural completo foi finalizado no dia 22/04/2025.

O segundo projeto foi iniciado no dia 29/03/2025 e trata-se de uma residência localizada no Condomínio Aristocrático, lote 37. A principal diferença em relação ao projeto anterior é a inclusão de um elevador. A área construída da residência é de 445,47 m², enquanto a área da piscina é de 31,10 m², totalizando 476,57 m². Os detalhes da residência podem ser visualizados na maquete apresentada nas Figura 08 e 09, a seguir.



Figura 09: Fachada frontal Aristocrático, lote 37. Fonte: Apoiar Projetos Ltda.



Figura 10: Fachada posterior Aristocrático, lote 37. Fonte: Apoiar Projetos Ltda.

O desenvolvimento do projeto estrutural da residência no Aristocrático 37 seguiu um processo similar ao utilizado no projeto do Passaredo. Inicialmente, foi feita a exportação do modelo para criação do lançamento, seguida pela verificação das cotas de nível de cada pavimento, conforme apresentado na Tabela 02. Em seguida, foram realizadas as locações dos pilares, vigas, sapatas e lajes. No entanto, este projeto contou com um diferencial: a inclusão

de um pilar parede (P14) na área destinada ao elevador, dimensionado de acordo com as medidas previstas no projeto arquitetônico. Esse elemento pode ser visualizado na Figura 11.

ARISTOCRÁTICO - LOTE 37	
Pavimento	Cota (m)
Cob caixa d'água	1,00
Barrilete	0,20
Cobertura 02	0,60
Cobertura 01	3,30
1º pavimento	0,20
Det fachada	3,10
Térreo	

Tabela 02: Níveis do projeto Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.

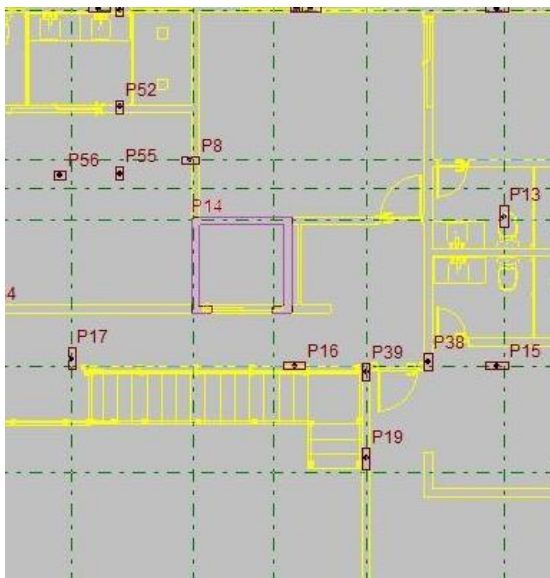


Figura 11: Pilar parede Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.

Na locação da fundação, foram adotadas sapatas de 100x100x40 cm nas regiões com menor solicitação de carga, e de 120x120x40 cm nos pilares com maior carregamento. Para o pilar parede, foi utilizada uma sapata de 240x240x40 cm. Com todos os elementos locados — pilares, vigas, lajes e sapatas —, procede-se com o cálculo da estrutura e o detalhamento das

armações. Além disso, foi adotada a utilização de laje pré-moldada na estrutura. O modelo 3D pode ser visualizado na Figura 12.

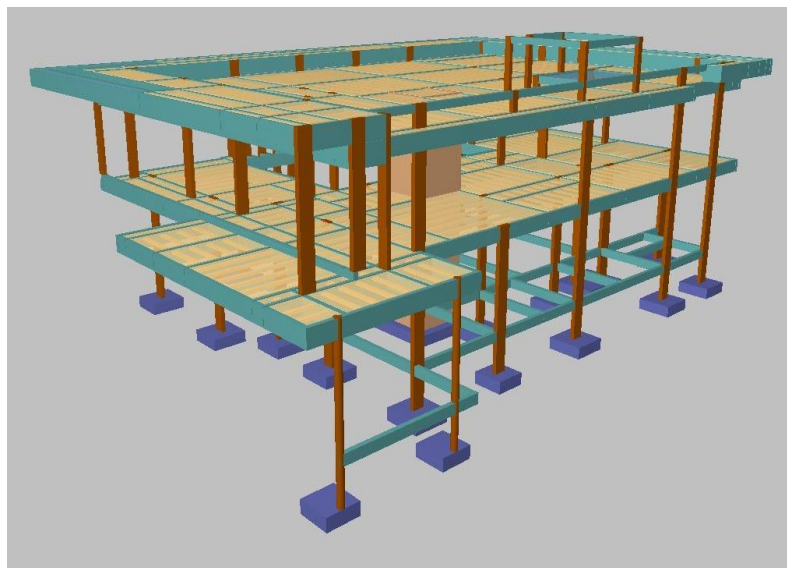


Figura 12: Vista 3D lateral direita Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.

6.2. ABRIL

No mês de abril, foi projetada a piscina de uma residência localizada no condomínio Marina Rio Bello, lote 270, além de uma residência no condomínio Passaredo, lote 453, que incluiu também o projeto do muro de divisa, piscina e escada. Esta última residência possui uma área construída de 263,26 m², com a piscina somando 12,82 m², totalizando uma área construída de 276,08 m².

Para o projeto estrutural da piscina (Figura 13), o processo seguiu etapas semelhantes às de uma residência. Inicialmente, foi realizado o lançamento da máscara estrutural com o layout exportado do Revit. Em seguida, definiram-se os níveis, considerando uma área destinada à hidromassagem posicionada 20 cm abaixo da cinta da borda. Foram locados pilares e usados blocos de fundação com dimensões de 50x50x30 cm. O desenvolvimento do projeto foi iniciado e finalizado no dia 24/04. Pode-se verificar os níveis na Tabela 03.



Figura 13: Maquete piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.

RIO BELLO - LOTE 270	
Pavimento	Cota (m)
Cinta borda	0,20
Hidromassagem	1,50
Fundo	0,12
Fundação	

Tabela 03: Níveis do projeto Marina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.

Após o cálculo da obra, foi realizado o detalhamento das armações. Para as faces inferior e superior do fundo da piscina, utilizou-se a tela Q283. Os detalhamentos podem ser vistos nas Figuras 14 a 16, e a vista 3D do modelo está representada na Figura 17.

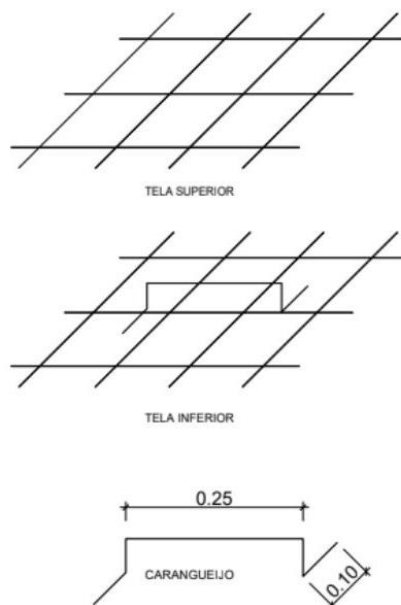


Figura 14: Detalhamento telas piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.

ACABAMENTO DO FUNDO CHANFRADO

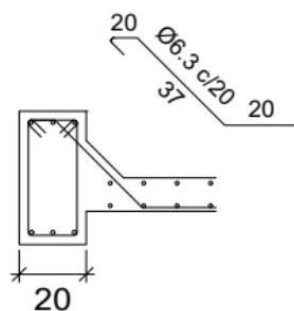


Figura 15: Detalhamento fundo piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.

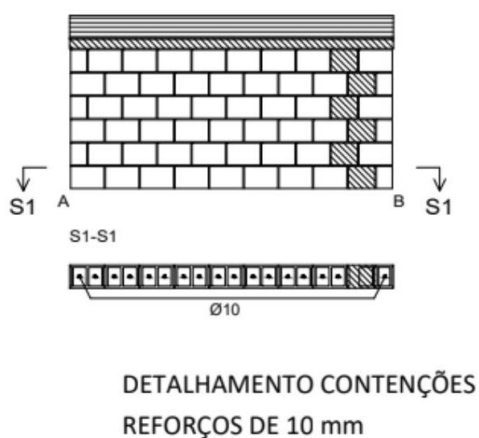


Figura 16: Detalhamento contenção piscina Aristocrático, lote 37. Fonte: Própria.

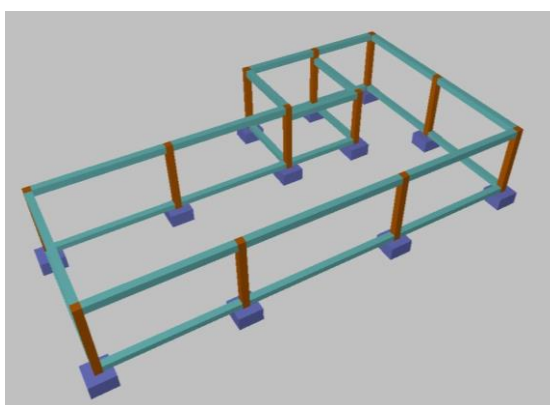


Figura 17: Vista 3D piscina Rio Bello, lote 270. Fonte: Própria.

O segundo projeto desenvolvido no mês de abril foi uma residência localizada no condomínio Passaredo, lote 453. Trata-se de uma edificação de dois pavimentos, com área construída de 263,26 m² referente à residência, 12,82 m² de piscina, totalizando 276,08 m². O projeto foi iniciado em 26/04/2025, com o desenvolvimento estrutural da residência. Seguindo os mesmos processos descritos anteriormente, o lançamento foi feito de forma semelhante. Abaixo, apresentam-se as informações dos níveis dos pavimentos (Tabela 04) e a maquete da residência (Figuras 18 e 19).

PASSAREDO - LOTE 453	
Pavimento	Cota (m)
Cob caixa d'água	0,80
Det cobertura 02	0,30
Cobertura 02	0,70
Cobertura 01	3,30
1º pavimento	2,80
Nível +0,50	0,50
Térreo	1,40
Fundação	

Tabela 04: Níveis do projeto Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.



Figura 18: Maquete vista frontal Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.



Figura 19: Maquete vista posterior Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.

Na fundação, foram utilizadas sapatas de 80x80x40 cm na maior parte da residência, e de 100x100x40 cm nos pilares sujeitos a maiores cargas. Em dois casos específicos, onde os pilares estavam muito próximos entre si, optou-se por agrupá-los em uma mesma sapata, com dimensões de 130x120x40 cm. Após a locação dos pilares e vigas, a estrutura foi calculada e, a partir disso, obteve-se o detalhamento das armaduras, que foram organizadas para depois apresentar nas pranchas do projeto. A visualização em 3D pode ser conferida nas Figuras 20 e 21.

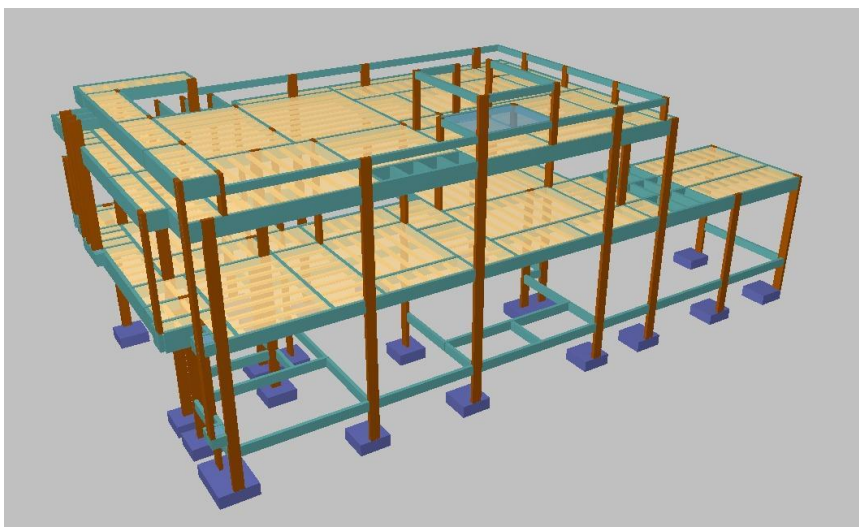


Figura 20: 3D vista frontal Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.

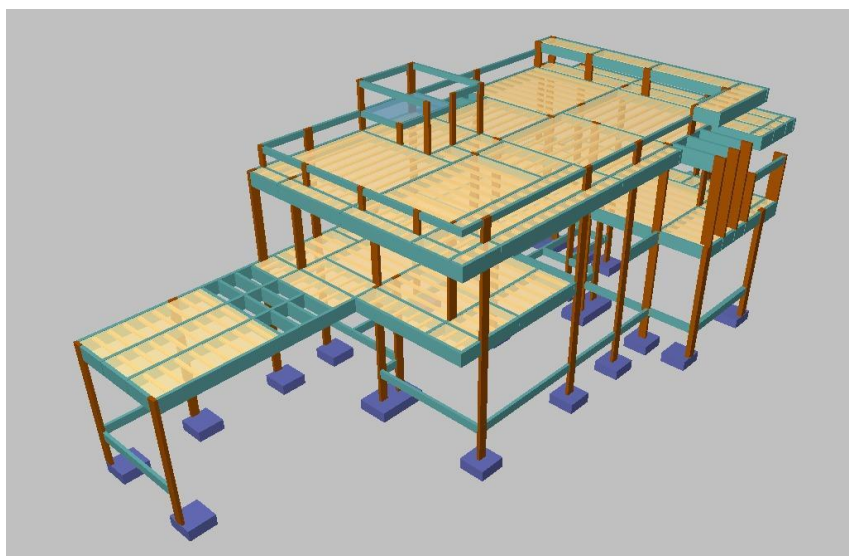


Figura 21: 3D vista posterior Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.

A residência foi finalizada no dia 29/04/2025 e, após sua conclusão, iniciou-se o desenvolvimento do projeto do muro e da piscina. Normalmente, os projetos da residência, contenção, piscina e escada são elaborados separadamente. No entanto, como a piscina estava posicionada próxima ao muro de divisa, identificou-se que a fundação dos pilares da piscina colidiria com alguns pilares do muro. Diante disso, optou-se por

unir o projeto do muro com o da piscina. Por isso, os dois projetos foram desenvolvidos juntos. Para que funcionassem bem em conjunto, foi necessário acrescentar alguns níveis, conforme apresentado na Tabela 05.

PISCINA PASSAREDO - LOTE 453	
Pavimento	Cota (m)
Muro	2,00
Cinta borda	0,40
Fundação muro	0,10
Prainha	1,16
Fundação piscina	

Tabela 05: Níveis piscina e muro Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.

Utilizou-se o mesmo detalhamento da piscina adotado no projeto do condomínio Marina Rio Bello. Para a fundação do muro, foram utilizadas sapatas de 60x60x30 cm, enquanto para a piscina foram adotados blocos de 50x50x30 cm. Nos trechos em que os pilares estavam muito próximos, as sapatas foram unificadas para melhor distribuição das cargas. Vale mencionar que, na vista 3D apresentada abaixo, é possível observar que os pilares das extremidades não possuem fundação. Isso ocorre porque esses pilares já existem na edificação principal e foram inseridos apenas como referência, para auxiliar na locação da nova estrutura.

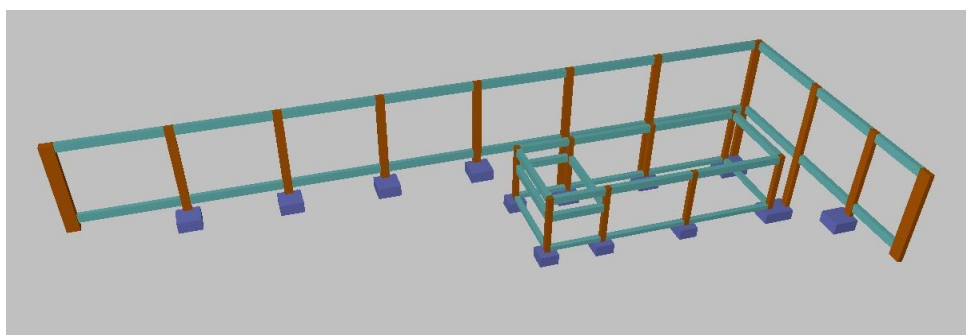


Figura 22: 3D muro e piscina Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.

Para finalizar todo o projeto estrutural, foi elaborada a escada utilizando o AutoCAD. Por meio de cortes no modelo arquitetônico gerados no Revit, foi possível obter as cotas do espelho, do pé-direito e determinar o número de degraus necessário para o detalhamento. Com essas informações, a escada foi detalhada no AutoCAD, conforme mostrado nas Figuras 23 e 24.

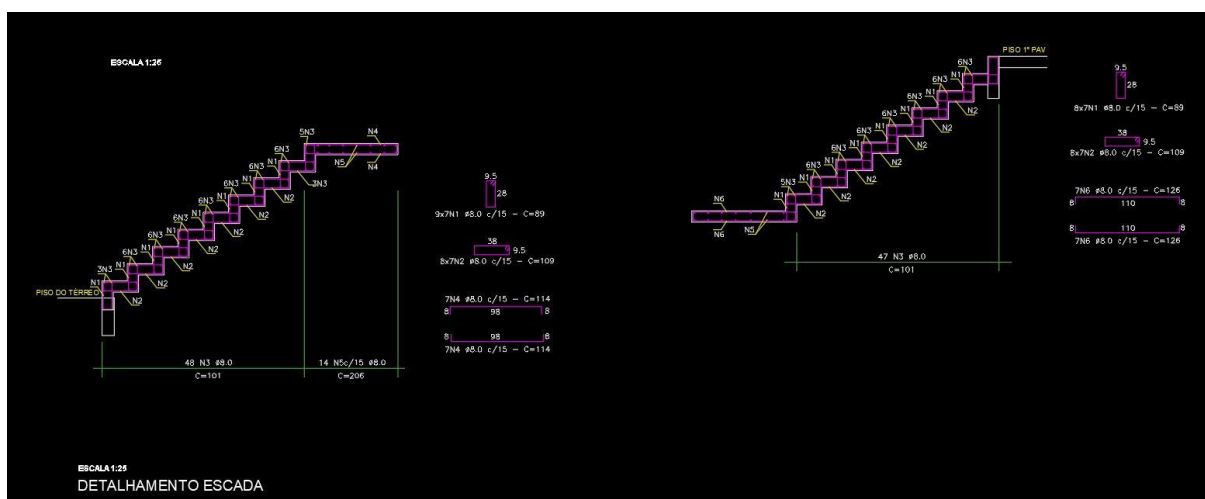


Figura 23: Detalhamento escada Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.



Figura 24: Detalhamento escada Passaredo, lote 453. Fonte: Própria.



7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final do estágio supervisionado, foi possível ter uma compreensão muito mais clara e prática sobre como funciona o desenvolvimento de projetos estruturais. Durante esse período, o estagiário acompanhou e participou de várias etapas, desde o lançamento da fundação até a locação de pilares, vigas e lajes, entendendo como cada fase se conecta dentro do projeto como um todo.

Um dos aprendizados mais marcantes foi o uso do programa Cypecad, uma ferramenta voltada para o cálculo e detalhamento estrutural. Através dele, foi possível visualizar o comportamento da estrutura de forma mais técnica e segura, o que contribuiu bastante para a formação profissional. Além disso, houve um avanço significativo no uso dos softwares Revit e AutoCAD, que foram essenciais tanto para a análise quanto para os detalhamentos e ajustes necessários ao longo dos projetos.

O estágio também proporcionou aprendizados importantes no dia a dia do escritório. A prática constante da leitura e interpretação de projetos, o cuidado com a comunicação com a equipe e o compromisso com a entrega das tarefas dentro dos prazos ajudaram a desenvolver um senso de responsabilidade e organização. Essas experiências contribuíram para melhorar a qualidade do trabalho e também para lidar melhor com a rotina de demandas que surgem em um ambiente profissional.

De modo geral, o estágio foi uma experiência enriquecedora, tanto no aspecto técnico quanto no pessoal. Além de ampliar os conhecimentos em engenharia estrutural, também ajudou a construir mais segurança, proatividade e atenção aos detalhes — pontos que farão diferença na atuação profissional daqui pra frente.



8. REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 6118: Projeto de estruturas de concreto – Procedimento. Rio de Janeiro: ABNT, 2014.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 6122: Projeto e execução de fundações. Rio de Janeiro: ABNT, 2019.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 14859-1: Lajes pré-moldadas de concreto – Requisitos. Parte 1: Lajes com vigotas treliçadas. Rio de Janeiro: ABNT, 2020.

BOTELHO, Manoel Henrique Campos; MARCHETTI, Osvaldemar. Concreto armado, eutec amo. v. 1. São Paulo: Editora Blucher, 2019.



ANEXO I - CARGA HORÁRIA DO ESTÁGIO

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
08:00 - 09:00	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio
09:00 - 10:00	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio
10:00 - 11:00	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio
11:00 - 12:00	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio
12:00 - 13:00	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	Estágio	-