

JUNTA-TE AO DESPORTO!



28 RACING TEAM
28Team_UNIRAID

SOFÁRIDA
10h às 13h

Castelo
9h às 18h

Associação Desportiva Sesimbra
10h às 18h

i INFORMAÇÕES

Parque
de Merendas

1
Sessão Abertura
9h

1
10h - Capoeira (ALTO ASTRAL)
11h - Karaté Shukukai (ACRUTZ)
12h - Ginástica (AGSB)

2
10h - Futebol (GDS) Petizes + Traquinas
11h - Futebol (GDA) Petizes
12h - Exercícios Funcionais
"Desporto para todos" (ADHTN)

3
10h - Krav Maga (HADERA)
12h - Pilates (FLECTE)

4
10h – Tiro ao Arco e Tiro com Fúlia
(ADHTN)

5
11h – Ação Sensibilização Suporte
Básico de Vida (BVS|GMPC)

6
10h às 12h30 – Orientação Pedestre
+ Orientação BTT (ADN)

7
10h – Voleibol (GDS)
11h - Capoeira (ALTO ASTRAL)

8
10h às 12h30 – Jogos Tradicionais
(FCDS)

26 setembro
Sábado
9h às 13h

JUNTA-TE AO DESPORTO!



- 28Team_UNIRAID
- 14h às 18h
- 9h às 18h
- 10h às 18h

26 setembro
Sábado
14h às 18h

INFORMAÇÕES

- | | |
|--|---|
| 1 15h - Aula de Budo Taijutsu (ADHTN)
16h - Ginástica Acrobática (GDA) | 7 15h - Voleibol (SVC) |
| 2 14h - Atletismo (ACDC)
16h - Esgrima (USAD)
17h - Tênis (CETS) | 8 14h às 18h - Jogos Tradicionais (FCDS) |
| 6 14h30 às 18h - Orientação Pedestre +
Orientação BTT (ADN) | 9 14h às 18h - Petanca (SESIMBROTES) |

