

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO
23 A 30 DE SETEMBRO

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONTATAR A CÂMARA MUNICIPAL DA MADALENA ATRAVÉS DO 292 628 700

PROGRAMA

25 A 30 SET | SEMANA ABERTA
FITUP
SEGUNDA A SEXTA DAS 08H00 ÀS 21H00
SÁB DAS 10H00 ÀS 13H00 E DAS 15H00 ÀS 18H30
LOCAL: GINÁSIO FITUP

25, SEGUNDA
08H00 ÀS 22H00 | OPEN DAY
LOCAL: GINÁSIO CORPUSEVEN
08H30 ÀS 09H30 | LOCALIZADA
LOCAL: GINÁSIO FITUP
18H00 ÀS 19H00 | CROSSTRaining
LOCAL: PATINÓDROMO MUNICIPAL
19H30 ÀS 20H30 | CYCLING
LOCAL: GINÁSIO FITUP

26, TERÇA
18H15 ÀS 19H15 | DUMBBELLS
19H15 ÀS 20H15 | STEP
LOCAL: GINÁSIO FITUP

27, QUARTA
10H00 ÀS 11H00 | DIA SÉNIOR
LOCAL: PARQUE GERIÁTRICO DA MADALENA
14H30 ÀS 18H00 | CANOAGEM, VELA E WINDSURF
LOCAL: CLUBE NAVAL DA MADALENA
18H30 ÀS 19H30 | BODYJUMP
19H30 ÀS 20H30 | WOD
LOCAL: GINÁSIO FITUP

28, QUINTA
14H00 ÀS 15H30 | CONCENTRAÇÃO DE FUTSAL CAO
LOCAL: PAVILHÃO DE DESPORTOS DA CANDELÁRIA
18H15 ÀS 19H15 | CYCLING OUT-DOOR
19H15 ÀS 20H15 | LOCALIZADA
LOCAL: GINÁSIO FITUP
19H30 | TORNEIO FUTEBOL 5
LOCAL: ESTÁDIO MUNICIPAL DA MADALENA

29, SEXTA
09H30 ÀS 11H30 | CAMINHADA PELO CORAÇÃO
LOCAL: OUTDOOR
14H30 ÀS 18H00 | CANOAGEM, VELA E WINDSURF
LOCAL: CLUBE NAVAL DA MADALENA
18H30 ÀS 19H30 | SFX CORE
19H15 ÀS 20H15 | STEP
LOCAL: GINÁSIO FITUP

30, SÁBADO
09H30 ÀS 12H30 E 13H30 ÀS 17H00 | CANOAGEM, VELA E WINDSURF
LOCAL: CLUBE NAVAL DA MADALENA
15H00 | TORNEIO FUTEBOL 5
LOCAL: ESTÁDIO MUNICIPAL DA MADALENA

Com largas dezenas de eventos preparados, em parceria com diversas instituições locais, a autarquia organizou um programa dos 8 aos 80, para todos os gostos.

O Município da Madalena assinala, de 23 a 30 de setembro, a Semana Europeia do Desporto, com uma vasta multiplicidade de eventos programados.

Apostando, fortemente, no combate ao sedentarismo, o Município preparou um programa para todas as idades, com um dia dedicado, exclusivamente, aos seniores e múltiplas atividades para os mais jovens, com diferentes níveis de intensidade.

Caminhadas, concentrações de futsal, torneios, atividades náuticas e aulas gratuitas nos ginásios locais são algumas das atividades preparadas, com o objetivo de promover o incremento da atividade física regular, melhorando a qualidade de vida.

Sendo as doenças cardiovasculares a principal causa de morte em Portugal, a saúde deste órgão vital mereceu também a especial atenção da Câmara Municipal, que irá assinalar o Dia do Coração, promovendo rastreios cardiovasculares e a já célebre “Caminhada pelo Coração”.

Sob o lema “Be Active”, a Semana Europeia do Desporto é uma iniciativa da Comissão Europeia, que pretende fomentar a atividade física, princípio basilar das políticas públicas de promoção desportiva da autarquia da Madalena, um “Município Amigo do Desporto”.