

SEMANA da ATIVIDADE FÍSICA e SAÚDE

27 MARÇO A 2 ABRIL



27 MARÇO

TÉNIS | REGIME LIVRE

9H00 às 16H00 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | AZAMBUJA

10H45 | Salão Bombeiros Voluntários de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

GYM ATRIUM | RYDE 45

12H45 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | VILA NOVA DE SÃO PEDRO

14H00 | Salão UCD Vilanovense | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

"ADR" O PARAÍSO | GINÁSTICA INFANTIL

17H45 | Pavilhão Vale do Paraíso | Inscrições 96 55 64 051

CCR CASAIS DOS BRITOS | GINÁSTICA MANUTENÇÃO

17H45 | Sede CCR Casais dos Britos | Inscrições 96 29 27 633

GYM ATRIUM | RYDE 30

18H15 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | PETIZES, TRAQUINAS E BENJAMINS

18H30 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2012 a 2017)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | PETIZES, TRAQUINAS, BENJAMINS E INFANTIS

18H45 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2010 a 2018)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | ESCOLA DE GUARDA REDES

19H00 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037

ENERGY TAEKWONDO CLUB | ENERGY KIDS, JUN&SEN

19H30 | Pavilhão UDR Vila Nova da Rainha | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

GYM ATRIUM | BODY PUMP

20H00 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | JUNIORES

20H00 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2004 a 2005)

"ADR" O PARAÍSO | FITNESS

20H45 | Pavilhão Vale do Paraíso | Inscrições 96 47 50 207

28 MARÇO

TÉNIS | REGIME LIVRE

9H00 às 20H00 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278

HIDROGINÁSTICA

12H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 14 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | AZAMBUJA

14H00 | Pavilhão Municipal de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

ENERGY TAEKWONDO CLUB | MINI ENERGY

17H15 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

ENERGY TAEKWONDO CLUB | ENERGY KIDS

18H30 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

PETER'S FITNESS GYM | CROSSTRAINING

18H30 | Ginásio Peter's Gym | Inscrições 91 24 94 984

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | INFANTIS

18H30 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2010 a 2011)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | BENJAMINS E INFANTIS

18H45 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2010 a 2013)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | INICIADOS

18H45 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2008 a 2009)

GYM ATRIUM | RYDE 45

19H00 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | INICIADOS

19H30 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2008 a 2009)

PETER'S FITNESS GYM | PILATES

19H40 | Ginásio Peter's Gym | Inscrições 91 24 94 984

ENERGY TAEKWONDO CLUB | ENERGY JUN&SEN

19H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | JUVENIS

20H00 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2006 a 2007)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | JUVENIS

20H00 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2006 a 2007)

29 MARÇO

TÉNIS | REGIME LIVRE

9H00 às 20H00 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | AZAMBUJA

10H45 | Pavilhão Municipal de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | ALCOENTRE

11H15 | Salão dos Bombeiros Voluntários de Alcoentre | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

PILATES

12H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 14 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | AVEIRAS DE CIMA

15H15 | Pavilhão Casa do Povo de Aveiras de Cima | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

NADAR COM LIVROS | REDE BIBLIOTECAS MUNICÍPIO DE AZAMBUJA

18H10 | Complexo de Piscinas de Azambuja

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | PETIZES E TRAQUINAS

18H30 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2014 a 2018)

GYM ATRIUM | BODY PUMP

18H45 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | INICIADOS

18H45 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2008 a 2009)

LOW PRESSURE FITNESS | FITNESS

19H00 | on-line | Inscrições catarina.cunha25@gmail.com

ENERGY TAEKWONDO CLUB | ENERGY KIDS, JUN&SEN

19H30 | Pavilhão UDR Vila Nova da Rainha | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

ADP KRAV MAGA SECURITY AZAMBUJA | KRAV MAGA

19H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 91 66 07 003 (a partir 7 anos)

AZA AZAMBUJA | CAMINHADA E CORRIDA

19H50 | Praça do Município | Inscrições 96 900 3885

GYM ATRIUM | STEP

20H00 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | JUNIORES

20H00 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2004 a 2005)

LIVE INSTAGRAM @DESORTO_JUVENTUDE_CMAZAMBUJA

21H00 | Suplementação - Natacha Correia

30 MARÇO

TÉNIS | REGIME LIVRE

9H00 às 20H00 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278

HIDROGINÁSTICA

12H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 14 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | AZAMBUJA

14H00 | Pavilhão Municipal de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | VILA NOVA DE SÃO PEDRO

14H00 | Salão UCD Vilanovense | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

ENERGY TAEKWONDO CLUB | MINI ENERGY

17H15 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

CCR CASAIS DOS BRITOS | GINÁSTICA MANUTENÇÃO

17H45 | Sede CCR Casais dos Britos | Inscrições 96 29 27 633

ENERGY TAEKWONDO CLUB | ENERGY KIDS

18H30 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | BENJAMINS E INFANTIS

18H30 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2010 a 2013)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | BENJAMINS E INFANTIS

18H45 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2010 a 2013)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | ESCOLA DE GUARDA REDES

19H00 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | INICIADOS

19H30 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2008 a 2009)

PETER'S FITNESS GYM | PILATES

19H40 | Ginásio Peter's Gym | Inscrições 91 24 94 984

ENERGY TAEKWONDO CLUB | ENERGY JUN&SEN

19H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 96 48 15 205 (a partir 4 anos)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | JUVENIS

20H00 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2006 a 2007)

SPORT CLUBE AVEIRAS DE CIMA | JUVENIS

20H00 | Campo de Futebol Sport Clube de Aveiras de Cima | Inscrições 91 37 01 649 (nascidos de 2006 a 2007)

"ADR" O PARAÍSO | FITNESS

20H45 | Pavilhão Vale do Paraíso | Inscrições 96 47 50 207

31 MARÇO

TÉNIS | REGIME LIVRE

9H00 às 20H00 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278

SEMINÁRIO ATIVAMENTE SAUDÁVEL

10H00 às 13H00 | Auditório do Valverde - Azambuja | Inscrições on-line

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | ALCOENTRE

11H15 | Salão dos Bombeiros Voluntários de Alcoentre | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

GYM ATRIUM | RYDE 30

12H45 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

PILATES

12H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 14 anos)

PAFT+55 | GINÁSTICA SÉNIOR | AVEIRAS DE CIMA

15H15 | Pavilhão Casa do Povo de Aveiras de Cima | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 55 anos)

NADAR COM LIVROS | REDE BIBLIOTECAS MUNICÍPIO DE AZAMBUJA

16H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja

"ADR" O PARAÍSO | GINÁSTICA INFANTIL

17H45 | Pavilhão Vale do Paraíso | Inscrições 96 55 64 051

HIDROGINÁSTICA

18H15 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 14 anos)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | PETIZES E TRAQUINAS

18H45 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2014 a 2018)

GYM ATRIUM | GAP

19H00 | Pavilhão Antiga Bolina | Inscrições 263 401 027 ou 93 37 89 882 (a partir 16 anos)

ESCOLA SEVILHANAS E FLAMENCO | DANÇA ESPANHOLA

19H30 | Ginásio do Pavilhão Municipal de Azambuja | Inscrições 91 73 89 722 (a partir 5 anos)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | INICIADOS

19H30 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2008 a 2009)

ADP KRAV MAGA SECURITY AZAMBUJA | KRAV MAGA

19H45 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 91 66 07 003 (a partir 7 anos)

GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA | JUVENIS

20H00 | Estádio Municipal de Azambuja | Inscrições 96 29 31 037 (nascidos de 2006 a 2007)

1 ABRIL

TÉNIS | REGIME LIVRE

9H00 às 16H30 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278

NADAR COM LIVROS | REDE BIBLIOTECAS MUNICÍPIO DE AZAMBUJA

9H40 | Complexo de Piscinas de Azambuja

HIDROGINÁSTICA

11H30 | Complexo de Piscinas de Azambuja | Inscrições 263 400 490 ou 96 18 90 278 (a partir 14 anos)

GRUPO DE ESCUTEIROS DE VILA NOVA DA RAINHA

15H00 às 17H00 | Junto Campo UDR Vila Nova da Rainha | Inscrições 93 67 02 287 ou 91 72 93 069 (dos 5 aos 18 anos)

FORMAÇÃO DIRIGIR NO DESPORTO EM PORTUGAL | TREINO E DIREÇÃO ASSOCIATIVA: O CONTEXTO LEGAL

15H00 às 20H00 | Auditório do Valverde - Azambuja | Inscrições comunicacao@uniaodiretorestecnicos.pt

2 ABRIL

PAFT FINS DE SEMANA | CAMINHADA E YOGA

9H00 | Sede da Sociedade Recreativa de Arrifanal | Inscrições 263 400 475 ou desporto@cm-azambuja.pt