

ATIVIDADES OUTDOOR

CONTACTOS PARA
ATIVIDADES DESPORTIVAS

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA
Receção (junto ao polidesportivo)
212 587 180 |
parqueurb.stantonio@cm-almada.pt

CMA -
CÂMARA
MUNICIPAL
DE ALMADA

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

TREINOS OUTDOOR

2.ª, 4.ª e 6.ª feira - 8h00 e 9h00
2.ª e 4.ª feira - 19h00
sábado - 9h30

ATIVIDADES SÉNIOR

- PROGRAMA MUNICIPAL «ALMA SÉNIOR»

2.ª, 4.ª e 6.ª feira - 10h00 *

PILATES

3.ª e 5.ª feira - 19h00 | sábado - 10h30

ABDOMINAIS E ALONGAMENTOS

3.ª e 5.ª feira - 18h00

ALUGUER CAMPOS DE TÊNIS **

Horário:

2.ª a sábado, das 8h00 às 19h00

domingo das 9h00 às 16h00

Até às 18h - 5,90€ | depois das 18h - 7,08€

Aceda [AQUI](#) para efetuar a sua marcação

ALUGUER POLIDESPORTIVO **

Horário:

2.ª a sábado, das 8h00 às 19h00

domingo das 9h00 às 16h00

Semana - 14,15€ | Fim de Semana - 17,71€

* Carece de inscrição na Junta de Freguesia da Costa da Caparica (passaporte)
e na Secretaria do Parque Urbano (vaga em classe)

** Receção do Parque Urbano (junto ao polidesportivo)
Telefone: 212 587 180 | parqueurb.stantonio@cm-almada.pt

Almada é Desporto, por si não paramos!