

ATIVIDADES OUTDOOR

CONTACTOS PARA ATIVIDADES DESPORTIVAS

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

DEPARTAMENTO DE DESPORTO
E JUVENTUDE
Complexo Municipal dos Desportos
Cidade de Almada
Alameda Guerra Junqueiro, n.º 35
2810-071 Feijó
212 508 820 |
ddesporto@cm-almada.pt

PARQUE URBANO DA COSTA DA CAPARICA

TREINOS OUTDOOR

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

ATIVIDADES SÉNIOR

– PROGRAMA MUNICIPAL «ALMA SÉNIOR»

2.ª, 4.ª e 6.ª feira – 10h00 *

PILATES

2.ª, 4.ª e 6.ª feira - 18h00
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 - 14,85€ | 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