



ALMA SÉNIOR



CAMINHADAS

21 FEVEREIRO

CAMINHADA LAÇOS DE AMIZADE

ARRENTELA

INSCRIÇÕES 16 a 20 fevereiro

Inscrições abertas a todos os utentes do programa

Divisão de Programação e Atividade Desportiva

(tel: 212 508 820)

21 MARÇO

CAMINHADA DA PRIMAVERA

PARQUE DO CALHAU, LISBOA

INSCRIÇÕES 16 e 17 março

Inscrições abertas na União das Freguesias de Laranjeiro e Feijó

Sedes das Freguesias de Laranjeiro (tel. 212 509 570) e Feijó (tel. 212 586 230)

INSCRIÇÕES 18 a 20 março

Inscrições abertas a todos os utentes do programa

Divisão de Programação e Atividade Desportiva

(tel: 212 508 820)

18 ABRIL

CAMINHADA DA LIBERDADE

ALCOBERTAS E SALINAS

INSCRIÇÕES 13 e 14 abril

Inscrições abertas na Freguesia da Costa de Caparica

Sede da Freguesia da Costa da Caparica (tel. 212 911 089)

INSCRIÇÕES 15 a 17 abril

Inscrições abertas a todos os utentes do programa

Divisão de Programação e Atividade Desportiva

(tel: 212 508 820)

16 MAIO

CAMINHADA DO CORAÇÃO

ALVERCA

INSCRIÇÕES 11 e 12 maio

Inscrições abertas na União das Freguesias

de Charneca de Caparica e Sobreda

Sedes das Freguesias de Charneca de Caparica (tel. 212 972 827) e Sobreda (tel. 212 946 634)

INSCRIÇÕES 13 a 15 maio

Inscrições abertas a todos os utentes do programa

Divisão de Programação e Atividade Desportiva

(tel: 212 508 820)

20 JUNHO

CAMINHADA ENERGIA DE VERÃO

BARREIRO

INSCRIÇÕES 15 e 16 junho

Inscrições abertas na União das Freguesias de Almada,

Cova da Piedade, Pragal e Cacilhas

Sedes das Freguesias de Almada (tel. 212 722 540),

Cova da Piedade (tel. 212 767 948), Pragal (tel. 212 747 136)

e Cacilhas (tel. 212 732 943)

INSCRIÇÕES 17 a 19 junho

Inscrições abertas a todos os utentes do programa

Divisão de Programação e Atividade Desportiva

(tel: 212 508 820)

25 JULHO

CAMINHADA DOS AVÓS COM ALMA

SEIXAL

INSCRIÇÕES 20 e 21 julho

Inscrições abertas na União das Freguesias de Caparica e Trafaria

Sedes das Freguesias de Caparica (tel. 212 954 688) e Trafaria (tel. 212 946 910)

INSCRIÇÕES 22 a 24 julho

Inscrições abertas a todos os utentes do programa

Divisão de Programação e Atividade Desportiva

(tel: 212 508 820)

MAIS INFORMAÇÕES

div.desporto@cm-almada.pt

cm-almada.pt

Promovido pelo Município de Almada, em parceria com as Freguesias e as Entidades Parceiras do Movimento Associativo Desportivo Almadense.