

4ª Semana JUNHO – 21 a 26

ANIMA-TE									
Move-te – Freguesias com estrado									
2ª feira - 21 junho		3ª feira - 22 junho		4ª feira - 23 junho		5ª feira – 24 Junho		6ª feira - 25 junho	
Hora	18h45			Hora	19h30	Hora	21h00	Hora	20h30
Modalidade	Localizada/Stretching			Modalidade	Step	Modalidade	Treino Funcional	Modalidade	Localizada
Prof/Ginásio	Responsabilidade Junta Freguesia			Prof/Ginásio	Responsabilidade Junta Freguesia	Prof/Ginásio	Responsabilidade Junta Freguesia	Prof/Ginásio	Helpidez
Local	Casa das Associações			Local	Adro da Capela Sto. Amparo	Local	Junta de Freguesia	Local	Parque de Lazer Carreira
Freguesia	Seide S. Paio			Freguesia	Vermoim	Freguesia	Esmeriz	Freguesia	Carreira
2ª feira - 21 junho		3ª feira - 22 junho		4ª feira - 23 junho		5ª feira – 24 Junho		6ª feira - 25 junho	
Hora	21h00			Hora	21h00			Hora	21h00
Modalidade	HIIT			Modalidade	Zumba			Modalidade	Zumba
Prof/Ginásio	Responsabilidade Junta Freguesia			Prof/Ginásio	Responsabilidade Junta Freguesia			Prof/Ginásio	Responsabilidade Junta Freguesia
Local	Monte Sta Catarina			Local	Parque da Igreja de Ruivães			Local	Parque da Corredoura
Freguesia	Cabeçudos			Freguesia	Ruivães			Freguesia	Novais



Famalicão

CÂMARA MUNICIPAL

Move-te – Freguesias (Com Apoio da Carrinha Itinerante do Desporto)									
2ª feira - 21 junho		3ª feira - 22 junho		4ª feira - 23 junho		5ª feira - 24 junho		6ª feira - 25 junho	
Hora	19h30	Hora	20h00	Hora	19h00	Hora	19h00	Hora	19h30
Modalidade	Treino Funcional	Modalidade	Zumba	Modalidade	Fitness	Modalidade	Treino Funcional	Modalidade	Artes Marciais
Local	Parque de Merendas	Local	Largo José da Silva Freitas	Local	Largo da Igreja	Local	Parque António Sampaio	Local	Praceta das Lameiras
Freguesia	Avidos	Freguesia	Pousada de Saramagos	Freguesia	S. Tiago da Cruz	Freguesia	Bairro	Freguesia	Delães