

MOVIE

=TE

GINÁSIO AO
AR LIVRE
DESPORTO
PARA TODOS



www.famalicao.pt

MOVE-TE, PELA TUA SAÚDE

SEG_05_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

**GINÁSTICA FUNCIONAL |
PILATES |
TREINO FUNCIONAL**

OLIVEIRA S. MATEUS_PARQUE DO QUINTEIRO

9H30 | 19H30

DANÇA DE SALÃO | PILATES

LANDIM_LARGO DR. FONSECA MONTEIRO

19H30_ **TREINO FUNCIONAL**

SEIDE S. MIGUEL_PARQUE DA FREGUESIA

20H30_ **ZUMBA**

CABEÇUDOS_MONTE STA. CATARINA

21H00_ **TREINO FUNCIONAL**

TER_06_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

DANÇA | STRETCHING | GAP

JOANE_PARQUE DA RIBEIRA

9H30 | 19H30

**GINÁSTICA FUNCIONAL |
STRETCHING**

RIBEIRÃO_LARGO DE SANTA ANA

9H30 | 19H30

**GINÁSTICA FUNCIONAL |
PILATES**

GAVIÃO_CAPELA S. VICENTE

20H00_ **FULL BODY**

QUA_07_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

**GINÁSTICA FUNCIONAL |
PILATES | YOGA**

OLIVEIRA S. MATEUS_PARQUE DO QUINTEIRO

9H30 | 19H30

**GINÁSTICA FUNCIONAL |
TREINO FUNCIONAL**

VERMOIM_ADRO CAPELA SRA. DO AMPARO

19H30_ **LOCALIZADA**

REQUIÃO _PARQUE DA ESPADANEIRA

19H30_ **TREINO FUNCIONAL**

U. F. RUIVÃES E NOVAIS _PO DA IGREJA DE RUIVÃES

21H00_ **ZUMBA**

QUINTA_08_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

**PILATES | DANÇA | TREINO
FUNCIONAL**

JOANE_PARQUE DA RIBEIRA

9H30 | 19H30

**GINÁSTICA FUNCIONAL |
TREINO FUNCIONAL**

RIBEIRÃO_LARGO DE SANTA ANA

9H30 | 19H30

PILATES | GAP

NINE_POLIDESPORTIVO DE COURA

18H30_ **VIALocalizada**

OLIVEIRA STA. MARIA_URBANIZAÇÃO RIBES

19H00_ **GAP**

ESMERIZ_JUNTA DE FREGUESIA

21H00_ **PILATES**

SEX_09_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

**TREINO FUNCIONAL |
PILATES | YOGA**

OLIVEIRA S. MATEUS_PARQUE DO QUINTEIRO

9H30 | 19H30

STRETING | LOCALIZADA

BRUFE_JUNTA DE FREGUESIA

19H30_ **ZUMBA**

BENTE_PARQUE LAZER CARREIRA

20H30_ **LOCALIZADA**

U. F. RUIVÃES E NOVAIS_PARQUE DA CORREDOURA

21H00_ **ZUMBA**

