

MOVIE

MOVE-TE GINÁSIO AO
AR LIVRE
DESPORTO
PARA TODOS

Famalicão  O SEU LUGAR  Desporto
www.famalicao.pt

MOVE-TE, PELA TUA SAÚDE

SEG_28_JUN

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

DANÇAS DE SALÃO |
PILATES | TREINO
FUNCIONAL

OLIVEIRA S. MATEUS_PARQUE DO QUINTEIRO

9H30 | 19H30

GINÁSTICA FUNCIONAL |
PILATES

SEIDE S. PAIO_CASA DAS ASSOCIAÇÕES

18H45_LOCALIZADA /
STRETCHING

FRADELOS_PARQUE DAS TÍLIAS

19H30_TREINO FUNCIONAL

U.F. ESMERIZ E CABEÇUDOS_JUNTA DE
FREGUESIA DE ESMERIZ

21H00_HIIT

TER_29_JUN

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

DANÇA | STRETCHING | HIIT

JOANE_PARQUE DA RIBEIRA

9H30 | 19H30

GINÁSTICA FUNCIONAL |
STRETCHING

RIBEIRÃO_LARGO DE SANTA ANA

9H30 | 19H30

GINÁSTICA FUNCIONAL |
PILATES

LOUSADO_PARQUE DE LAZER LOT. MABOR

18H30_TREINO FUNCIONAL

QUA_30_JUN

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

GINÁSTICA FUNCIONAL |
PILATES | DANÇAS DE
SALÃO (LATINAS)

OLIVEIRA S. MATEUS_PARQUE DO QUINTEIRO

9H30 | 19H30

GINÁSTICA FUNCIONAL |
TREINO FUNCIONAL

VERMOIM_ADRO CAPELA SRA. DO AMPARO

19H30_ALONGAMENTOS E
MOBILIDADE

U. F. RUIVÂIS E NOVAIS_PARQUE DA IGREJA

21H00_ZUMBA

U.F. DE ARNOSO (STA. MARIA E STA. EULÁLIA)
E SEZURES_PRAIA FLUVIAL DE ARNOSO STA. EULÁLIA

21H00_TREINO FUNCIONAL

SÁB_03_JUL

V. N. DE FAMILICÃO_PISCINA MUNICIPAL

15H30_HIDROGINÁSTICA

QUINTA_01_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

YOGA | DANÇA | GAP

JOANE_PARQUE DA RIBEIRA

9H30 | 19H30

GINÁSTICA FUNCIONAL |
LOCALIZADA

RIBEIRÃO_LARGO DE SANTA ANA

9H30 | 19H30

PILATES | DANÇA

NINE_POLIDESPORTIVO DE COURA

18H30_DANÇA

PEDOME_PARQUE CALÇA FERROS

19H00_FITNESS

U.F. ESMERIZ E CABEÇUDOS_MONTE STA.
CATARINA

21H00_TREINO FUNCIONAL

SEX_02_JUL

PARQUE DA DEVESA

9H00 | 10H00 | 19H30

TREINO FUNCIONAL |
PILATES | HIIT

OLIVEIRA S. MATEUS_PARQUE DO QUINTEIRO

9H30 | 19H30

STRETING | LOCALIZADA

CASTELÕES_CENTRO SOCIAL DE CASTELÕES

19H30_ZUMBA

U.F. CARREIRA E BENTE_PARQ. DE LAZ. DE BENTE

20H30_LOCALIZADA

U. F. RUIVÂIS E NOVAIS_PARQUE DA CORREDOURA

21H00_ZUMBA

