

DESPORTO PARA TODOS

2024



PROGRAMA MUNICIPAL

07 JULHO

DESPORTOS DE NATUREZA

DESPORTOS DE RAQUETE

DESPORTOS NÁUTICOS

FITNESS DANÇA BEM-ESTAR

DESPORTOS DE COMBATE

SÁB / 27

10H30 . PRAIA DA TAMARGUEIRA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

14H30 . ABFM PRAIA DA COVA

SURF . BODYBOARD

Associação Bodyboard Foz do Mondego

18H00 . PRAIA DE QUIAIOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

DOM / 28

10H30 . PRAIA DO FORTE

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H30 . PRAIA DO CABEDELÓ

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

TER / 30

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

18H00 . ESTRADO DA PRAIA

DANÇAS DE SALÃO

Alma Latina

QUA / 31

10H30 . PRAIA DA LEIROSA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . PRAIA DO TUCANO

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . ESTRADO DA PRAIA

CHI KUNG

Centro TAO

19H00 . JARDIM DO BAIRO DO GUERRA

ORIENTAÇÃO +3 E +60

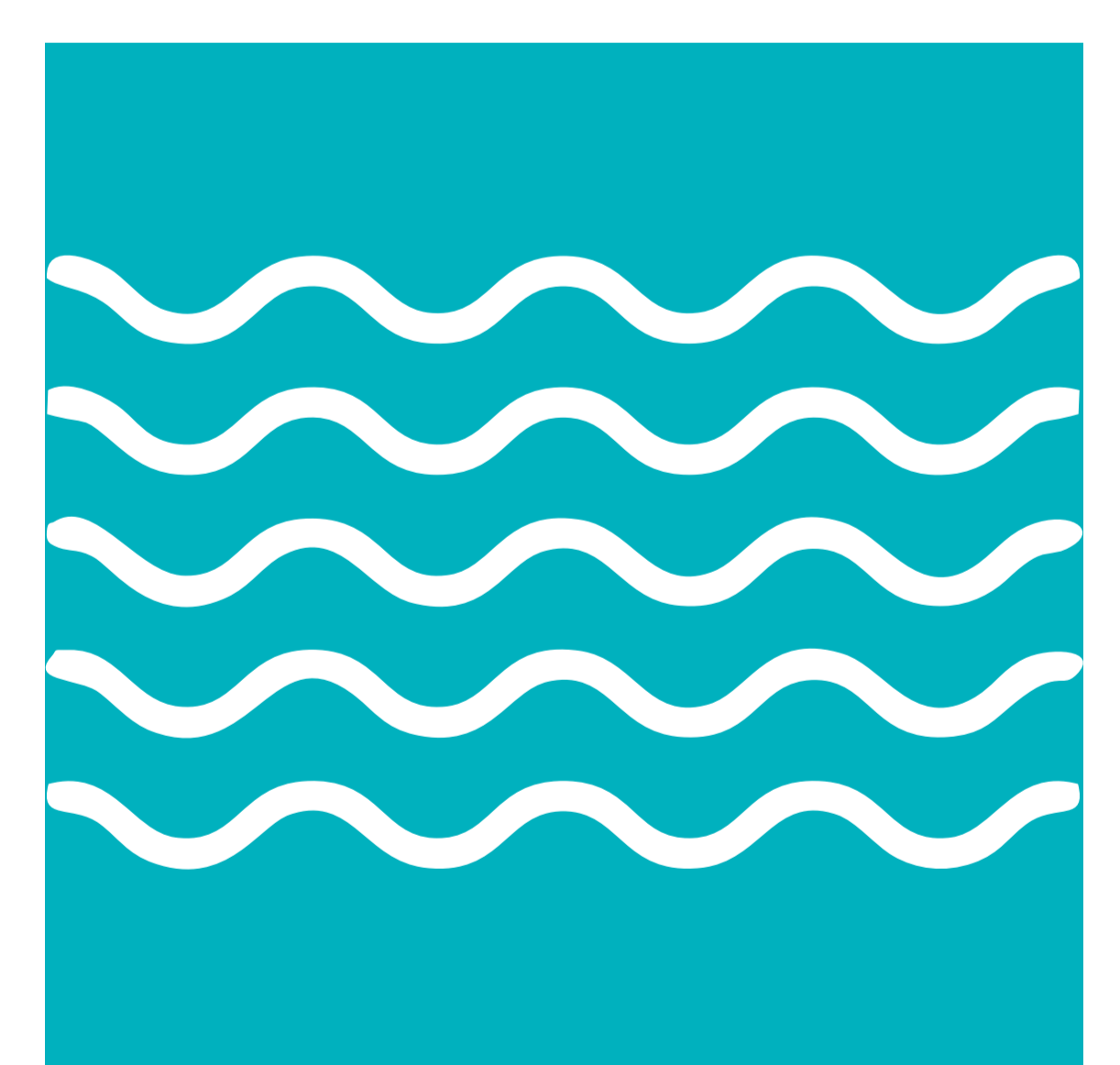
4015738782233886, -88510195097816

Associação Desportiva do Mondego

19H00 . ESTRADO DA PRAIA

DANÇAS DE SALÃO

Alma Latina



figueira da foz município

SÁB / 13

14H30 . ABFM PRAIA DA COVA

SURF . BODYBOARD (INCLUI +60)

Associação Bodyboard Foz do Mondego

DOM / 14

08H30 . MIRADOURO DA BANDEIRA

INICIAÇÃO AO TRAIL RUNNING

Figueira Kayak Club

10H00 . POSTO NÁUTICO DA NAVAL

CANOAGEM

Associação Desportiva Naval Remo

TER / 16

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

QUA / 17

10H30 . PRAIA DA LEIROSA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . PRAIA DO TUCANO

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H30 . ESTRADO DA PRAIA

YOGA

Centro TAO

19H00 . PR QUINTA DA BORLOTEIRA

ORIENTAÇÃO +3 E +60

4010517230597537, -8853633227577005

Associação Desportiva do Mondego

19H30 . PR DR JOÃO ATAÍDE

DANÇAS DE VERÃO

Talenticious

QUI / 18

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

10H30 . PRAIA COSTA DE LAVOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . PRAIA DE BUARCOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

SEX / 19

10H30 . PRAIA DA COVA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . PRAIA DE BUARCOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

19H00 . TENNIS CLUB

PADEL

Tennis Club da Figueira da Foz

19H15 . CENTRO ESCOLAR SÃO JULIÃO E TAVAREDE

KARATÉ

Clube Karatê Tradicional do Centro



SÁB / 20

10H00 . ESTRADO DA PRAIA

GINÁSTICA SUAVE PARA SENIORES

Academia Kompasos Daya

10H30 . PRAIA DA TAMARGUEIRA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

11H00 . PR DR FERNANDO TRAQUEIA

DANÇA

ARA

17H00 . ESTRADO DA PRAIA

SALSA AERÓBICA

Academia Kompasos Daya

18H00 . PRAIA DE QUIAIOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

DOM / 21

10H30 . PRAIA DO CABEDELÓ

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

11H00 . PR DR FERNANDO TRAQUEIA

DANÇA

ARA

18H30 . PRAIA DO FORTE

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

TER / 23

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

QUA / 24

10H30 . PRAIA DO TUCANO

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . PRAIA DA LEIROSA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

19H00 . RELÓGIO DE SOL DA PR DA EUROPA

ORIENTAÇÃO +3 E +60

4014745255919868, -8854403368020433

Associação Desportiva do Mondego

QUI / 25

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

10H30 . PRAIA COSTA DE LAVOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H00 . PRAIA DE BUARCOS

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

SEX / 26

10H30 . ESTRADO DA PRAIA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

18H30 . PRAIA DA COVA

ZUMBA NA PRAIA

LP Fitness

21H15 . ATBV . SERRA DA BOA VIAGEM

WALK - CAMINHADA NOTURNA EM NATUREZA

Associação Trilhos da Boa Viagem

TER / 02

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

QUA / 03

18H30 . ESTRADO DA PRAIA

YOGA

Centro TAO

19H00 . JARDIM MUNICIPAL

ORIENTAÇÃO +3 E +60

4014945231401542, -8881079109483863

Associação Desportiva do Mondego

19H30 . PR DR JOÃO ATAÍDE

DANÇA DE VERÃO

Talenticious

QUI / 04

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

09H30 . PARQUE MUNICIPAL DE CAMPISMO

RIDE INICIAÇÃO AO BTT

Associação Trilhos da Boa Viagem

SEX / 05

19H00 . TENNIS CLUB

PADEL

Tennis Club da Figueira da Foz

19H15 . CENTRO ESCOLAR SÃO JULIÃO E TAVAREDE

KARATÉ

Clube Karatê Tradicional do Centro

TER / 09

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

QUA / 10

18H30 . ESTRADO DA PRAIA

CHI KUNG

Centro TAO

19H00 . PR DR FERNANDO TRAQUEIA

ORIENTAÇÃO +3 E +60

401642999347013, -8874288794487537

Associação Desportiva do Mondego

QUI / 11

09H30 . TORRE DO RELÓGIO

MARCHA & CORRIDA

Câmara Municipal da Figueira da Foz

SEX / 12

10H00 . POSTO NÁUTICO DA NAVAL

REMO

Associação Desportiva Naval Remo

21H15 . SEDE ATBV

WALK - CAMINHADA NOTURNA EM NATUREZA

Associação Trilhos da Boa Viagem