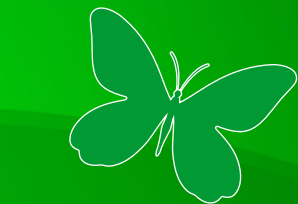




TONDELA
MUNICÍPIO



saúde em dia
caminhada



centro municipal
marcha e corrida
tondela

tondela
parque urbano

25 junho 2017
08h00



programa

08h00 Testes de Saúde

[IMC; TA; Diabetes; Colesterol; outros]

08h50 Plantação da «Árvore Saúde em Dia»

Ativação geral

Logotipo Humano Saúde em Dia

09h15 Início da Caminhada

12h00 PIQUENICÃO | Almoço – Convívio no Parque Urbano

(Traga os seus manjares, nós oferecemos 1 sopa quentinha!)

14h00 WORKSHOPS (A opção é sua!)

Dança Tradicional Folclórica | Rancho «Os Velhos
Costumes de Molelos»

Dança Latina | Nuno Soares

Zumba | Catarina Costa

4Kids/Infantis | Carla Marques

ORIENTAÇÃO

Orientação Formal e Adaptada | COV – Clube de Orientação

de Viseu – (Preparar o TONDELA CITY RACE 1 e 2 de julho)

HIDROGINÁSTICA

Piscina Municipal de Tondela – Exterior | Célia Matias e

Clara Silveira

INSCRIÇÕES

Até ao dia 22 de junho em www.cm-tondela.pt

T-Shirt aos inscritos – limitado ao stock existente

Seguro de Acidentes Pessoais somente aos inscritos

