

18 DE SETEMBRO MARGINAL A PASSO DE CORRIDA

S. PEDRO < > CARCAVELOS . 09h30 - 13h00

CARCAVELOS

09h30 - 13h00 | Escalada | Slide | Oficina “Carrot Lollipop” | Rastreios Tabágico e de Stress | Corfebol Mini-ténis | Boccia | Circuito de ginástica FHIT UNIT | Beach Ténis | Voleibol de Praia

PALCO 2º estacionamento - casa da Praia

10h00 - 10h30 | Belavista Dance

10h30 - 11h00 | MegaDanz

11h00 - 11h30 | Método DeRose

11h30 - 12h00 | Sh’bam

12h00 - 12h30 | Yoga Sámkhya

12h30 - 13h00 | Dança e Hip-Hop

PALCO 4º estacionamento - Pastorinha

10h00 | Aula de Surf

Concentração junto ao forte de S.Julião de Barra

10h00 | Aula de Surf

Concentração junto ao Centro de Desportos Náuticos

10h30 - 12h30 | Maratona de Cycling

11h00 | Aula de Bodyboard

Concentração junto ao bar Tricana da Barra

S. PEDRO ESTORIL

09h30 - 13h00 | Circuito de Obstáculos | Mini-Ténis Padel | Circuito de Ginástica | Bootcamp Equitação | Circuito Decathlon | Veículos a Pedal Insufláveis | Skate Park | Cross Training e Fitboxe Futebol | Esgrima Desportiva, Artística e Adaptada Basquetebol em Cadeira de Rodas

10h00 - Aula de Surf

PALCO

10h00 - 10h30 | Dança

10h30 - 11h00 | tai-chi chi kung

11h00 - 11h30 | Zumba

11h30 - 12h00 | Sh’bam

12h00 - 12h30 | Sh’bam

PAREDE

09h30 - 10h15 | Escolinhas de Futsal Manuel Monteiro

09h30 - 13h00 | Jogos Tradicionais

10h00 - 11h00 | Aula de Stand Up Paddle

10h15 - 11h00 | Patinagem Artística

11h30 - 12h00 | Hóquei em Patins

11h30 - 12h30 | Aula de Stand Up Paddle

12h00 - 13h00 | Shorinji Kempo

PALCO

10h00 - 10h30 | Dance ArtMagic

10h30 - 11h00 | Dança

11h00 - 11h30 | Aeróbica

11h30 - 12h00 | Pilates

12h00 - 12h30 | Yoga

12h30 - 13h00 | Zumba

PARCEIROS

Academia dos Patins | Academia Ribeiro dos Reis | Aquastart | Ass. Desportos Aventura Desnivel | Associação Murtalense | Belavista Aqua & Fitness | Bootcamp na Linha | Brahmi Oriental | Carcavelos Tenis | Centro Hipico da Costa do Estoril | Centro Yoga Às Estoril | Clube de Ténis do Estoril | Clube Desportivo da Costa do Estoril | Clube Recreativo e Cultural Quinta dos Lombos/Corfebol | Clube Recreativo e Cultural Quinta dos Lombos | Beach Tennis School.Sport One Way | Clube Recreativo e Cultural Quinta dos Lombos | Surf Academia | Complexo Desportivo da Alapraia | Complexo Desportivo Municipal da Abóboda | Decathlon Cascais | Delfins Azuis | Duelo - Clube de Praticantes e Estudiosos de Esgrima de Todas as Épocas | Estoril Basket Clube | Facilitas Healthcare Cascais-Oeiras | Fitness Hut | Ginásio Mr. Big Evolution | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais | Grupo Sportivo de Carcavelos | GUSU Stand Up Paddle & Longboard | Jotra - Clube de Praticantes de Jogos Tradicionais | Kangaroo Health Clubs | Método DeRose | Cascais Muitaventura | Piscinas Salesianos Wellness Center Manique | Parede Foot-ball Clube | Pride Training Club Carcavelos | Quinta da Marinha Racketclub Racketspro | SMART Academy | Sportslab | Surfing Clube de Portugal | Vitamimos | Vivafit Alcoitão | Vivafit Jardins da Parede | Vivafit Outeiro Polima | Wanted Surf School | Grupo Desportivo Deficientes de Alcoitão | Grupo Desportivo Recreativo das Fontainhas de Cascais