

MARGINAL A PASSO DE CORRIDA

10 ABRIL • 9h-13h S. PEDRO <> CARCAVELOS

CARCAVELOS

09h00 - 13h00 | Escalada | Slide | Oficina “Carrot Lollipop” | Mini-ginásio | Rastreios Tabágicos e de Stress | Segways | Badminton | Mini-half pipe, skate, patins | Corfebol | Mini-ténis | Ténis de mesa | Boccia | Basquetebol | Patinagem Artística | Andebol | Futebol | Circuito de ginástica | FHIT UNIT | Beach ténis | Beach Ultimate Frisbee | Voleibol de Praia | Insufláveis

PALCO (2º estacionamento - casa da Praia)

10h00 - 10h30 | Método DeRose

10h30 - 11h00 | Zumba

11h00 - 11h30 | Zumba kids

11h30 - 12h00 | Sh’bam + Bodyvive

12h00 - 12h30 | Yoga

12h30 - 13h00 | Hip-Hop

PALCO (4º estacionamento - Pastorinha)

10h30 - 12h30 | Maratona de ciclismo

09h30 - 13h00 | Aula de bodyboard

(concentração estacionamento da Pastorinha)

10h00 | Aula de surf e bodyboard

(concentração junto ao Centro de Desportos Náuticos)

11h00 | Aula de surf e bodyboard

(concentração junto ao Bar do Moinho e Forte de São Julião da Barra)



cascais.pt

S. PEDRO ESTORIL

09h00 - 13h00 | Esgrima desportiva, artística e adaptada | Cross fit | Circuito de Obstáculos | Mini-ténis | Petanca | Cross Moves | Circuito de Ginástica | Medições corporais e treinos personalizados | Rugby | Bootcamp | Volta de pónei | Circuito Kanggo Jumps | Futebol | Circuito Decathlon | Veiculos a pedal | Basquetebol | Insufláveis | Patinagem Artística

10h00 - Aula de Surf

PALCO

10h00 - 10h30 | tai-chi chi kung

10h30 - 11h00 | Body Vive

11h00 - 11h30 | Zumba

11h30 - 12h00 | dança/localizada

12h00 - 12h30 | Sh’bam

12h30 - 13h00 | Kanggo Jumps

PAREDE

09h00 - 13h00 | Jogos Tradicionais | Hóquei em Patins

10h30 | Aula de Stand Up Paddle

PARCEIROS

A.B.V.E. Complexo Desportivo da Alapraia | Academia dos Patins | Aquacarca - Ass. de Novos Desportos Aquaticos | Ass. Desportos Aventura Desnivel | Associação de Ciclismo de Lisboa | Associação Portuguesa de Ultimate e Desportos de Disco | Aquastart | Bootcamp na Linha | Brahmi Oriental Wellness | Carcavelos Tennis | Cascais Ambiente Gestão do Ambiente Terrestre e Marítimo | Cascais Envolvente - G.S.H.,E.M.,S.A. - Complexo Desportivo Municipal da Abóboda | Centro Hipico da Costa do Estoril | Centro do Yoga Às Estoril | Clube de Petanca de S. Pedro Estoril | Clube de Ténis do Estoril | Clube Nacional de Ginástica | Clube Recreativo e Cultural Quinta dos Lombos | CRCQL/Beach Tennis School. Sport One Way | CRCQL/Portugal Surf Academia | CRCQL/Puremocean - Bodyboarding School | Clube de Futebol de Sassoeiros | Crossfit Marginal | Decathlon Cascais | Desportivo Monte Real | Duelo- Clube de Praticantes e Estudiosos de Esgrima de Todas as Épocas | Estoril basket Clube | Facilitas Healthcare Cascais-Oeiras | Ffan Club Cascais | Fitness Hut Cascais | Ginásio Mr. Big Evolution | Grupo Desportivo Recreativo das Fontainhas de Cascais | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais | Grupo Recreativo e Familiar de Murches | Grupo Sportivo de Carcavelos | GUSU Stand Up Paddle & longboard | Jotra - Clube de Praticantes de Jogos Tradicionais | Jumbo de Cascais | Kangaroo Health clubs | Método DeRose Cascais | Núcleo Sportinguista de Tires | Parede Foot-ball Clube | Sociedade Musical e Sportiva Alvidense | Sportslab | Surfing clube de portugal | Vitamimos | Vivafit Alcoitão | Vivafit Cascais | Vivafit Jardins da Parede | Vivafit Outeiro Polima | Wanted Surf School