

# FEIRA DE DESPORTO

PROGRAMA  
**PRATICÁVEL**



## SÁBADO | 21 DE SETEMBRO

- 10h00 | Aula Yoga Kids | Brahmi Oriental Wellness
- 10h30 | Aula Yoga Bebés | Geração Fit
- 11h00 | Taekwondo Songahm | Clube Nacional de Ginástica
- 11h15 | Aula Yoga Iyengar | Health Club Central Fitness
- 12h00 | Acrobática | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 12h05 | Aula Yoga Família | Geração Fit
- 15h30 | Taekwondo | Complexo Desportivo Municipal da Abóboda
- 16h00 | Jiu Jitsu | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 16h10 | Krav Maga | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 16h25 | Aikido | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 16h40 | Acrobática | Sociedade Musical e Sportiva Alvidense
- 17h30 | Aula Capoeira | Geração Fit
- 18h00 | Ballet | Clube Nacional de Ginástica
- 18h15 | Aula Pilates | Brahmi Oriental Wellness
- 18h45 | Ballet | Clube Nacional de Ginástica

## DOMINGO | 22 DE SETEMBRO

10h00/13h00 | VI CORRIDA DA LINHA CASCAIS DESTAK

- 15h00 | Taekwondo | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 15h10 | Boxe | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 15h20 | Judo | Grupo Dramático e Sportivo de Cascais
- 15h30 | Aula Esgrima Artística, Desportiva e Adaptada | Duelo
- 16h00 | Kung-Fu Tao Qi Dharma | Clube Desp. Costa do Estoril
- 16h15 | Aula Yoga Seniores | Brahmi Oriental Wellness
- 16h45 | Ginástica | Grupo Recreativo de Matos Cheirinhos e IDEIA
- 17h00 | Aula Yoga Sámkhya | Centro do Yoga Cascais
- 17h30 | Aula Karaté | Grupo Recreativo de Matos Cheirinhos