

SEMANA ABERTA

GINÁSIO MUNICIPAL
CONSTÂNCIA

01 a 06 | outubro | 2018

Atividades gratuitas
Venha experimentar!

	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA
18h30	 45'	 30'	 30'	 45'
19h20	 45'	 45'	 45'	 45'
20h00		 45'		

Atividades com inscrição obrigatória.

HORÁRIO DO GINÁSIO

Segunda-feira: 10h30 > 13h00 e 16h00 > 21h30
Terça-feira: 16h00 > 21h30
Quarta-feira: 10h30 > 21h30
Quinta-feira: 16h00 > 21h30
Sexta-feira: 16h00 > 21h30
Sábado: 10h00 > 13h00

INSCRIÇÕES

Ginásio Municipal de Constância

telefone: 249 730 059

e-mail: sector.desporto@cm-constancia.pt



Constância
MUNICÍPIO

A semana Aberta no Ginásio Municipal surge como uma oportunidade para que todos os interessados em praticar desporto, possam experimentar e conhecer as modalidades da sala de exercício e as aulas de grupo de forma gratuita.

Damos especial destaque para o lançamento das modalidades de Body Jump e Dumbbells. Para tal, só precisam de efetuar a inscrição na secretaria do Parque Desportivo, no horário de funcionamento ou através do número de telefone 249 739 627 e aparecer para treinar equipados com roupa desportiva, toalha e garrafa de água. Traga um amigo e venha treinar!

Praticar atividade física melhora a sua saúde e condição física. Comece hoje!

Público-alvo: a partir dos 14 anos

Atividade não paga, com inscrição obrigatória para não utentes.