

Programa de promoção da atividade física

Sábados EM MOVIMENTO

**Campo de Jogos
da Praia do Ouro,
Sesimbra**

das 10.30 às 11.30h

JULHO

dia 5
Balance
Fascínio Health Club

dia 12
Zumba
Desportivo
Fitness Feminino

dia 19
GAP
Flecte

dia 26
Zumba
Desportivo
Fitness Feminino

AGOSTO

dia 2
Zumba
Fascínio Health Club

dia 9
GAP
Flecte

dia 16
Cross Power
Fascínio Health Club

**A participação
é gratuita,
basta aparecer
devidamente
equipado.**

Aos sábados junte-se às aulas
e faça exercício físico.
A sua saúde agradece!

Organização:



Colaboração:

