

Programa Municipal CLUBE DO MOVIMENTO

– Desporto Sénior



AUDITÓRIO DA SEDE DA JUNTA DA UNIÃO DE FREGUESIAS DE PONTINHA E FAMÕES

2.ª Feira	3.ª Feira	4.ª Feira	5.ª Feira	6.ª Feira
GINÁSTICA	CAMINHADA	GINÁSTICA	PILATES	
14:15-15:00	09:00-09:45	14:15-15:00	09:00-09:45	
15:00-15:45	DANÇA	15:00-15:45	KARATÉ	
15:45-16:30	10:00-10:45	15:45-16:30	11:30-12:15	
16:30-17:15	BOCCIA	16:30-17:15		
	10:45-11:30			