



**23 A 28
MARÇO
2026**

SEMANA DO DESPORTO SÉNIOR

Dia 23 (2.ª feira)

- 09h00 às 13h00 | **Torneio de Padel Sénior** | Clube de Padel da Paia
- 09h00 às 13h00 | **Golfe** | Pavilhão Multiusos de Odivelas [**Inscrição prévia**]

Dia 24 (3.ª feira) | Pavilhão Multiusos de Odivelas

- 09h00 às 13h00 | **Torneio de Ténis de Mesa Sénior**
- 09h00 às 11h00 | **Torneio de Karaté Sénior**
- 09h00 às 13h00 | **Mega Aula de Karaté Sénior** [**Inscrição prévia**]
- 09h00 às 13h00 | **Xadrez** [**Inscrição prévia**]

Dia 25 (4.ª feira) | Pavilhão Multiusos de Odivelas

- 09h00 às 13h00 | **Mega Aula “Volta ao Mundo em 80 Minutos** [**Inscrição prévia**]
- 09h00 às 11h00 | **Palestra “Movimento é Memória”** [**Inscrição prévia**]

Dia 26 (5.ª feira) | Pavilhão Multiusos de Odivelas

- 09h00 às 13h00 | **Torneio de Boccia Sénior**
- 09h00 às 13h00 | **Capoeira** [**Inscrição prévia**]
- 14h30 às 16h00 | **“Convívio de Boccia Adaptado”**

Dia 27 (6.ª feira) | Campos Sintéticos do Campus do Jogador

- 09h00 às 13h00 | **XVII Coração Ativo** [**Inscrição prévia. Mínimo 6/8 elementos por equipa**]

Dia 28 (sábado) | Campo Sintético da Escola Básica Carlos Paredes

- 09h00 às 13h00 | **II Odivelas Walking Football Cup**

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES:

Divisão de Desenvolvimento Desportivo

T. 219 320 990 | desporto@cm-odivelas.pt

Subjeito a recolha de imagens e divulgação nos diversos suportes de comunicação da CMO

