

Atividades

Categoria: Atividades

Visando difundir a prática desportiva junto da população sénior do concelho, o Município de Torres Novas promove a iniciativa “Sou Sénior Ativo” oferecendo aulas de ginástica aos residentes com mais de 55 anos. As aulas decorrem, semanalmente, em cada uma das freguesias, sendo necessário um mínimo de oito inscritos. A participação é gratuita, sujeita a inscrição prévia nas piscinas municipais e nas juntas de freguesia, e as aulas têm a duração aproximada de uma hora.

A criação de hábitos de vida saudável para uma melhor apetência física, o desenvolvimento de dinâmicas de grupo e um salutar convívio entre todos, possibilitando novas experiências e sensações em contextos distintos são alguns dos objetivos a atingir com este projeto.

Calendário:

Assentis . segundas . 14h30 . Ginásio do Centro Escolar Assentis/Chancelaria (Outeiro Grande)

Chancelaria . segundas . 16h00 . Salão Paroquial da Chancelaria

Meia Via . a definir

Pedrógão . terças . 14h30 . Ginásio do Centro Escolar Serra de Aire (Pedrógão)

Riachos . terças . 16h00 . Casa do Povo de Riachos

União das Freguesias de Torres Novas Santa Maria, Salvador e Santiago . quartas . 15h00 . Ginásio Piscinas Municipais

União das Freguesias de Torres Novas São Pedro, Lapas e Ribeira Branca . quartas . 15h00 . Ginásio Piscinas Municipais

União das Freguesias Brogueira, Parceiros Igreja e Alcorochel . quartas . 16h30 . Pavilhão da ADCRAC de Alcorochel

União das Freguesias de Olaia e Paço . sextas . 14h30 . Ginásio do Centro Escolar Olaia e Paço (Lamarosa)

Zibreira . sextas . 16h15 . Antiga Escola Primária da Zibreira

Inscrições: juntas de freguesia e Piscinas Municipais Fernando Cunha