

Reguengos Saudável III edição



24 maio - Parque da Cidade
Reguengos de Monsaraz

Caminhada dificuldade baixa com oferta de lanche saudável

9h30

Rastreios tensão arterial, glicémia, colesterol, Índice de Massa Corporal e Perímetro Abdominal

Sensibilização prevenção das doenças cardiovasculares

Rastreios de espirometria

Simulação de apoio à vítima de enfarte ou AVC

Bombeiros Voluntários de Reguengos de Monsaraz

Treino de Suporte Básico - CORAL

O Cantinho dos Afetos Equipa de Intervenção Local

11h00

Atividades de Grupo «Cores Divertidas»

11h00

Pilates - Centro Terapêutico em Movimento

11h30

Yoga e Danças Latino-Africanas - Componente Apoio Educativo

12h00

Toca a Mexer - Fitclub Ginásio

12h30

Inscrições na Câmara Municipal no serviço de Desporto, no Centro de Saúde de Reguengos de Monsaraz ou pelo telefone 266 503 072 até às 12h00 do dia 22 de maio, para efeitos de seguro.

