

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio
de Sua Excelência



O Presidente da República



REPÚBLICA
PORTUGUESA
EDUCAÇÃO



DESPORTO
PARA TODOS
PROGRAMA NACIONAL



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



AGRUPAMENTO
DE ESCOLAS DE
ARGANIL



FACULDADE DE
CIÊNCIAS DO DESPORTO
E EDUCAÇÃO FÍSICA
UNIVERSIDADE DE
COIMBRA

appacdm
coimbra



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:

EV EVOLUÇÃO
VERTICAL



Emotion dance school



ARGOTERAPIAS
SAÚDE | BEM-ESTAR | FORMAÇÃO



Farmácia
ALVA

origem
healthcare & wellness

23 DE SETEMBRO - TERÇA-FEIRA

19h00 – Corrida 10km

Local: Partida Cerâmica Arganilense

**Dinamizado por:
Crossbox Açor
Município de Arganil**

#BEACTIVE

10
ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio
de Sua Excelência



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



24 DE SETEMBRO - QUARTA-FEIRA

15h00 – Desporto Sénior 65+

Local: Multiusos da Cerâmica Arganilense
Dinamizado por: Município de Arganil

15h00 – Rastreio de Saúde

Local: Praça Dr. Alberto Vale, Coja
Dinamizado por: Farmácia Alva

#BEACTIVE

10
ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio
de Sua Excelência



O Presidente da República



EDUCAÇÃO



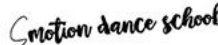
PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



25 DE SETEMBRO - QUINTA-FEIRA

11h00 – Aula de Atividade Física APPACDM

Local: Piscina Municipal de Arganil

Dinamizado por: Município de Arganil AEA

18h00 – Workshop – Cuidados na prática de exercício durante a gravidez

Local: Clínica Origem – Healthcare & Wellness

Dinamizado por: Origem – Healthcare & Wellness

18h30 – Aula de Body Jump

Local: Pavilhão Escola Secundária de Arganil

Dinamizado por: Alunos do Curso Técnico de Desporto AEA

19h00 – Aula de Body and Mind

Local: Pavilhão Escola Secundária de Arganil

Dinamizado por: Alunos do Curso Técnico de Desporto AEA

19h00 – Kenpo Karate

Local: Academia Portuguesa de Kenpo e Artes de Combate, Arganil

Dinamizado por: Academia Portuguesa de Kenpo e Artes de Combate

20h00 – Aula de Pilates

Local: Centro Cultural de São Martinho da Cortiça

Dinamizado por: Studio da Postura

#BEACTIVE

10 ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio de Sua Excelência



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



26 DE SETEMBRO - SEXTA-FEIRA

10h00 - “Crescer a Pedalar” – Percursos de perícia e prevenção rodoviária em bicicleta para a comunidade Escolar do 1º CEB

Local: Parque do Sub-Paço

Dinamizado por: GNR, Clube BTT Serra do Açor, Município de Arganil

19h30 - Torneio de Futsal Inter-Freguesias

Local: Pavilhão Gimnodesportivo do Sarzedo

Dinamizado por: Município de Arganil; Freguesia de Sarzedo

20h30 - Aula de Dança para Adultos

Local: E-MOTION Dance School

Dinamizado por: E-MOTION Dance School

**15h00 - Palestra “Psicologia do Desporto”
FCDEF- UC**

Local: Auditório da Biblioteca

Municipal Miguel Torga

Dinamizado por: Município de Arganil, FCDEF-UC

18h00 - Aula de Jiu Jitsu

Local: Dojo Família Oliveira Matriz

Dinamizado por: Família Oliveira Matriz BJJ

#BEACTIVE

10
ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio
de Sua Excelência



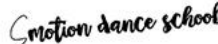
PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



27 DE SETEMBRO - SÁBADO

10h00 - Mega Aula de Step

Local: Parque do Sub-Paço

Dinamizado por: CrossBox Açor

10h00 - Caminhada Cultural

Local: Partida do Largo do Outeiro, Sarzedo

Dinamizado por: Sarzedo Runners; Freguesia do Sarzedo

16h00 - Torneio de Futsal Inter-Freguesias

Local: Pavilhão Gimnodesportivo do Sarzedo

Dinamizado por: Município de Arganil;

Freguesia de Sarzedo

#BEACTIVE

10 ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:



PARCEIROS LOCAIS:



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



28 DE SETEMBRO - DOMINGO

10h00 - “Crescer a Pedalar” – Percursos de perícia e prevenção rodoviária em bicicleta

Local: Parque do Sub-Paço

Dinamizado por: GNR, Clube BTT Serra do Açor e Município de Arganil

10h00 - Canoagem e Stand Up Paddle

Local: Praia Fluvial da Cascalheira

Dinamizado por: Evolução Vertical

#BEACTIVE

10 ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio de Sua Excelência



PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



29 DE SETEMBRO - SEGUNDA-FEIRA

18h30 - Pilates Clínico

Local: Clínica Argoterapias

Dinamizado por: Argoterapias

19h30 - Mega aula de Hydro by Night (Glow)

Local: Piscina Municipal de Arganil

Dinamizado por: Município de Arganil

#BEACTIVE

10
ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio de Sua Excelência



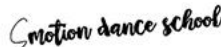
PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



30 DE SETEMBRO - TERÇA-FEIRA

21h30 - Caminhada de Encerramento 5 km
Local: Partida do Parque do Sub-Paço, Arganil
Dinamizado por: Município de Arganil

#BEACTIVE

10
ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

ORGANIZAÇÃO:



PROMOTORES:

Com o Alto Patrocínio
de Sua Excelência



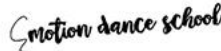
PARCEIROS INSTITUCIONAIS:



FREGUESIAS PARCEIRAS:



PARCEIROS LOCAIS:



#BEACTIVE

10
ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

ARGANIL

23-30 Setembro 2025

2

SECARIAS

5

SARZEDO

3

POMBEIRO
DA BEIRA

6

FOLQUES

4

ARGANIL

7

SÃO MARTINHO
DA CORTIÇA

ISENTO

1

POMARES

VENCEDOR

