



PROGRAMA MUNICIPAL ALMA SÉNIOR - CAMINHADAS 2024

| DATA | LOCAL | INSCRIÇÕES PARA UTENTES DO PROGRAMA |
|-----------------|--|---|
| 27 de janeiro | LISBOA Passadiços e Ponte do Trancão | 1º fase das Inscrições: de 22 e 23 de janeiro – Inscrições abertas na União das Freguesias de Caparica e Trafaria Sedes das Freguesias de Caparica (tel. 212 954 688) e Trafaria (tel. 212 946 910). 2º fase das Inscrições: de 24 a 26 de janeiro – Inscrições abertas a TODOS os utentes do Programa. CMA: Divisão de Programação e Atividade Desportiva, tel: 212 508 820 |
| 17 de fevereiro | COSTA DA CAPARICA | 1º fase das Inscrições: de 12 e 13 de fevereiro – Inscrições abertas na União das Freguesias de Laranjeiro e Feijó Sedes das Freguesias de Laranjeiro (tel. 212 509 570) e Feijó (tel. 212 586 230). 2º fase das Inscrições: de 14 a 16 de fevereiro – Inscrições abertas a TODOS os utentes do Programa. CMA: Divisão de Programação e Atividade Desportiva, telf: 212 508 820 |
| 16 de março | RIBEIRA DO JAMOR | 1º fase das Inscrições: de 11 e 12 de março – Inscrições abertas na Freguesia da Costa de Caparica Sede da Freguesia da Costa da Caparica (tel. 212 911 089); 2º fase das Inscrições: de 13 a 15 de março – Inscrições abertas a TODOS os utentes do Programa. CMA: Divisão de Programação e Atividade Desportiva, tel: 212 508 820 |
| 20 de abril | ALMADA Quinta do Almaraz, Castelo e Cacilhas | 1º fase das Inscrições: de 15 e 16 de abril – Inscrições abertas na União das Freguesias de Charneca de Caparica e Sobreda Sedes das Freguesias de Charneca de Caparica (tel.212 972 827) e Sobreda (tel.212 946 634); 2º fase das Inscrições: de 17 a 18 de abril – Inscrições abertas a TODOS os utentes do Programa. CMA: Divisão de Programação e Atividade Desportiva, tel: 212 508 820 |
| 18 de maio | BARREIRO | 1º fase das Inscrições: de 13 e 14 de maio – Inscrições abertas na União das Freguesias de Almada, Cova da Piedade, Pragal e Cacilhas Sedes das Freguesias de Almada (tel. 212 722 540), Cova da Piedade (tel. 212 767 948), Pragal (tel. 212 747 136) e Cacilhas (tel. 212 732 943). 2º fase das Inscrições: de 15 a 17 de maio – Inscrições abertas a TODOS os utentes do Programa. CMA: Divisão de Programação e Atividade Desportiva, tel: 212 508 820 |
| 15 de junho | CAPARICA | de 11 a 14 de junho – Inscrições abertas a TODOS os utentes do Programa. CMA: Divisão de Programação e Atividade Desportiva, tel: 212 508 820 |

NOTA: Estes passeios têm grau de dificuldade: **baixo/médio.**