



DESAFIO do CORAÇÃO 2015

Jardins do Lido | 16 maio

- 8:30 - Concentração. Início do rastreio de Tensão arterial (durante toda a manhã)
- 9:00 - Aconselhamento nutricional (Insular durante toda a manhã)
- 9:15 - Caminhada "desafio do Coração" / Percurso: Câmara de Lobos - Jardins do Lido.
- 9h30 - Caminhada "Um dia pela vida" / Percurso: Jardins do Lido - Praia Formosa
- 10h10 - Atividade com bola (CRIAMAR)
- 10h30 - Aula de Qui Gong (Centro de Acupuntura do Funchal)
- 11h00 - Atuação - Jam Kids (Ginásio Aqua gym/Clube Naval do Funchal)
- 11h15 - Atuação - Centro Comunitário de Canto do Muro (Projeto Sociohabita)
- 11h30 - Biodanza - Prof. Helder Fakeer (Equipas: "Estrelas e "Luta pela Vida")
- 12h00 - Zumba Fitness - Equipa: "Confie na Nossa Mão" (Ginásio AquaGym / Clube Naval do Funchal)
- 12h30 - Encerramento de atividades. Largada de Balões

8 a 17 de maio "Jardim dos Sabores" - Ao Encontro da Dieta Mediterrânica, das 12h às 24h. Local: Jardim Panorâmico (Lido).

PARTICIPAÇÃO LIVRE!

Organização:



Apoios Institucionais:



Apoios:

