

MAPA DE AULAS DE GRUPO		
	PALCO 1 Aulas de Grupo Dança e fitness	PALCO 2 Aulas Body & Mind
10:00	Movimento é Vida Mafrativa	
10:30	Hip Hop You Dance Academy	Yoga CYM Centro Yoga Mafra
11:00	Localizada Mafrativa	
11:30	Hip Hop Clube Hiper Ativo	Yoga Ericeira yoga Studio
12:00	Pump Fit Mafrativa	
12:30	Afro Stick Clube Hiper Ativo	Postura e Alongamentos Mafrativa

14:00	Halterofilismo e CrossFit Crossfit Boarland	
14:30	GAP Mafrativa	
15:00	Contemporânea e Zumba Kids You Dance Academy	Yoga Mafrativa
15:30	Power Fit Mafrativa	
16:00	Zumba People Family Club Mafra	Pilates Mafrativa
16:30	Ballet Mafrativa	
17:00	Hip Hop Mafrativa	Yoga CYM Centro Yoga Mafra

JUNTA-TE A NÓS
OUTUBRO 2022

mafra
conVIDA ao
DESPORTO

DIA 05

OUTUBRO 2022

Parque Desportivo Municipal de Mafra
10h00 às 18h00

EXPERIMENTE, GRATUITAMENTE,
A OFERTA DESPORTIVA DO CONCELHO

A DECORRER EM LOCAIS DISTINTOS DO ESTÁDIO ENTRE AS 10H E AS 18H				
Desportos de Combate	Desportos de Raquetes	Desportos Coletivos	Desportos Individuais	Aulas de Grupo
Esgrima Casa do Povo de Mafra	Padel My Padel Center	Andebol Clube Desportivo de Mafra (manhã)	Atletismo Associação Amigos Atletismo de Mafra	Afro Stick Clube Hiper Ativo
Boxe Clube de Boxe da Ericeira (manhã)	Ténis de Mesa Mafra Academia - TM	Rugby Associação dos Amigos do Rugby da Ericeira (tarde)	Ginástica Mafrativa (10h-12h30 e 15h-18h)	Contemporânea You Dance Academy
Kendo Escola de kendo do Oeste	Ténis Mafrativa (manhã) Clube Moinhos do Mar (tarde)	Voleibol Mafrativa (10h-12h30 e 15h-18h)	Golf Grupo Desportivo União Ericeirense (Todo o dia)	Zumba / Zumba Kids People & Family Club / You Dance Academy
Taekwondo Taekwondo Clube da Malveira		Beachvolley Grupo Desportivo União Ericeirense (12h30 - 15h)	Pentatlo Clube Incrementum (Todo o dia)	Postura e Alongamentos Mafrativa
Karaté Núcleo de Karaté da Ericeira		Footvolley Grupo Desportivo União Ericeirense (manhã)	Laser Run Clube Incrementum (Todo o dia)	Ballet Mafrativa
Judo Judo Clube do Oeste Grupo Recreativo Gonçalveshense (manhã)		Basquetebol Linces de Mafra	BTT Clube Mafra BTT Clube Desportivo da Venda do Pinheiro	Pilates Mafrativa
		Hoquey em Patins Clube Desportivo de Mafra (14h00 - 15h00) Clube Incrementum (11h30 - 13h00)	Crosstraining Crossfitboarland REP CF Ericeira	Fitness People Family Club Mafrativa
		Futebol Grupo Desportivo União Ericeirense (manhã) Gonçalvinhense (manhã) Sporting Clube do Livramento (tarde) Clube Desportivo da Venda do Pinheiro (tarde) Sparkfoot Football Academy (tarde) Clube Desportivo de Mafra (tarde) Atletico Clube da Malveira (manhã)	Triatlo Clube Desportivo da Venda do Pinheiro	Yoga CYM Centro Yoga Mafra Mafrativa Ericeira Yoga Studio
			Halterofilismo Crossfitboarland	Hip Hop You Dance Academy Mafrativa Clube Hiper Ativo
			Patinagem Grupo Desportivo União Ericeirense (10h00 - 11h30) Clube Incrementum (11h30 - 13h00) Alcaíça Atlético Clube (15h00 - 16h00) A.D.R. da Achada (16h00 - 17h30)	