

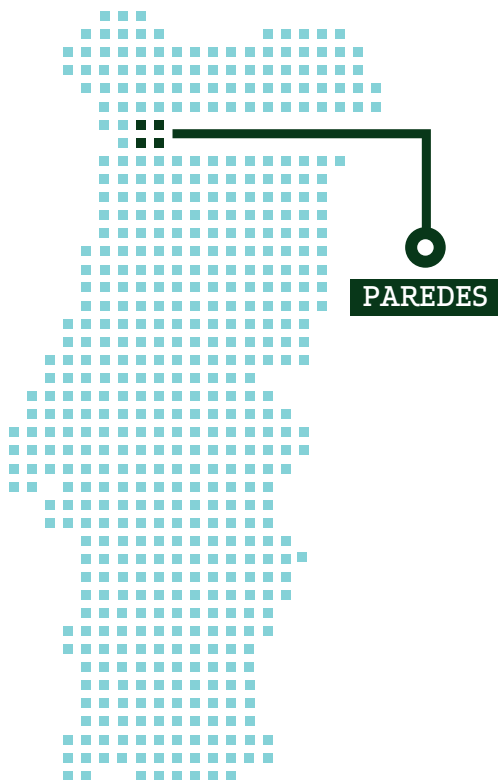
ABR
2022

INFO

PAREDES *VIVE O DESPORTO*

AGENDA MUNICIPAL DE DESPORTO





Factos e Números

Localização: Norte de Portugal, Distrito do Porto

Área total: 157,76 km²

Sede do Município: Paredes

Divisão Administrativa: 18 freguesias

Feriado Municipal: Segunda-feira após o terceiro domingo de julho

População: 86.854 (em 2011)

RUMO SUL

Trilho "Conhecer Cete"

3 de abril
10H00

Participação livre
Ponto de Partida: Mosteiro Cete
Grau de dificuldade: Média
Duração: 1H30
Distância aproximada: 4 km

Contamos com todos!

Coordenadas: 41.181234,-8.366454

NORTE2020
2020
Adel-Sousa
MUNICÍPIO PAREDES

dom | 3 Abr | 10h00

TRILHO "CONHECER CETE"

Caminhada de 4km

Mosteiro de Cete

Classificação: M/10

Preço: gratuito

Grau de Dificuldade: Média

Info: appisparedes@gmail.com | 255 788 941

Esta iniciativa surge no âmbito do *Projeto Rumo Sul* que tem como objetivo o desenvolvimento local das freguesias do sul do Concelho de Paredes: Aguiar de Sousa, Cete, Parada de Todeia e Sobreira.

qua | 6 e 20 Abr | 19h00

TREINA CONNOSCO

Corrida ou Caminhada de 10km

Multiusos de Paredes

Classificação: M/10

Preço: gratuito

Info: gabinete.desporto@cm-paredes.pt | 963 679 648

Com o objetivo de incentivar à prática de atividade física, o Município de Paredes promove, na primeira e terceira quartas-feiras de cada mês, uma corrida ou caminhada informal.

O percurso tem início no Pavilhão Multiusos de Paredes, com passagem pelo Centro de Marcha e Corrida, no Parque da Cidade de Paredes.

Traz um amigo e vem treinar connosco!!

TREINA CONNOS-

qua | **6 Abr** | todo o dia

DIA MUNDIAL DA ATIVIDADE FÍSICA

Multiusos de Paredes | Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo | Centro de Marcha e Corrida de Paredes

Classificação: M/10

Preço: gratuito

Info: gabinete.desporto@cm-paredes.pt | 255 788 985

Pavilhão Multiusos de Paredes

- 10h00: Sessão de Apresentação: Consulta de Atividade Física Piloto do Serviço Nacional de Saúde
- 10h00: Torneio de Boccia "Mais Vida Ativa" - Juntas de Freguesia
- 11h00: Aula de Atividade Física "Mais Vida Ativa"
- 14h30: Torneio de Boccia "Mais Vida Ativa" - IPSS's do Concelho
- 14h30: Workshop: "Eu sou Desporto: +ativo saudável +feliz"
- 15h30: Workshop: "Eu sou Desporto: +envelhecimento ativo e saudável"
- 15h30: Aula de Atividade Física "Mais Vida Ativa"
- 19h00: Caminhada Geopard** em caso de condições meteorológicas desfavoráveis, a caminhada será substituída por aula de dança no Pavilhão Multiusos

Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

- 20h30: Aula de Yourfit Body
- 21h15: Lançamento do novo Programa *Yourfit Pulse* - Step



sex | **8 Abr** | 17h00: FC Porto - Óquei de Barcelos

sex | **8 Abr** | 20h00: UD Oliveirense - SL Benfica

sáb | **9 Abr** | 17h00: Final

FINAL FOUR TAÇA DE PORTUGAL

Hóquei em Patins

Multiusos de Paredes

Classificação: M/3

Preço:

Meia-final: 10€

Final: 15€

Info: gabinete.desporto@cm-paredes.pt | 255 788 985

30 anos volvidos, Paredes volta a receber a final da Taça de Portugal de seniores masculinos em hóquei em patins, a prova rainha de hóquei em patins masculino disputa-se no Pavilhão Multiusos onde FC Porto, Óquei de Barcelos, UD Oliveirense e SL Benfica procuram conquistar o almejado troféu. Em 1992, Paredes recebeu a final em que o Óquei de Barcelos venceu categoricamente a Académica de Coimbra por 8-0. Das equipas que irão disputar o troféu, FC Porto é o clube com mais conquistas com 17 no total, segue-se SL Benfica com 15 e Oliveirense e Óquei de Barcelos com 4 conquistas.





sáb | **9 Abr** | todo o dia

ESTÁGIO NACIONAL DE PRIMAVERA

Karaté

Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

Classificação: M/10

Info: akspsvkarate@gmail.com | 255 788 985

Programa:

Manhã

Grupo I até 1º kyu - 10h00 às 11h15 - Sensei José Ramos

Grupo II Dan`s - 10h00 às 11h15 - Sensei Carlos Soares

Grupo I até 1º kyu - 11h00 às 12h30 - Sensei Carlos Soares

Grupo II Dan`s - 11h00 às 12h30 - Sensei José Ramos

Tarde

Grupo I até 1º kyu - 15h00 às 16h15 - Sensei Carlos Soares

Grupo II Dan`s - 15h00 às 16h15 - Sensei José Ramos

Grupo I até 1º kyu - 16h00 às 17h30 - Sensei José Ramos

Grupo II Dan`s - 16h00 às 17h30 - Sensei Carlos Soares

Exames de Graduação - 18h00



11 a 14 Abr | todo o dia

WORK YOUR GAME'22

Basquetebol

Pavilhão EB 2/3 Paredes

Organização: USC Paredes

Classificação: 6 aos 17 anos

Preço: 30€

Info: santoraul@gmail.com | 917 770 999

Gostas de Basquetebol?

Temos um programa dedicado para ti nas férias da Páscoa.

Work Your Game'22 tem como principais objetivos:

- Ocupar o período de Férias Escolares dos jovens de forma activa e formativa;
- Sensibilizar os jovens para a Prática Desportiva, em geral;
- Orientar os jovens para a prática do Basquetebol, em particular.

HÓQUEI EM PATINS
FINAL FOUR
TAÇA DE PORTUGAL
MULTIUSOS DE PAREDES

MEIAS-FINAIS
8 ABRIL



X



17h00

MEIAS-FINAIS
8 ABRIL



X



20h00

FINAL
9 ABRIL
17h00



FEDERAÇÃO
DE PATINAGEM
DE PORTUGAL



CAMARA MUNICIPAL PAREDES

FEIRA DA SAÚDE JOVEM

Pavilhão Multiusos de Paredes

21, 22 e 23 de Abril

a saúde é o teu maior bem

qui e sex | **21 e 22 Abr** | 14h00 às 19h00
sáb | **23 Abr** | 10h00 às 13h00 e 14h00 às 17h30

FEIRA DA SAÚDE JOVEM

Saúde e bem-estar
Multiusos de Paredes

Classificação: M/3

Preço: gratuito

Info: saude@cm-paredes.pt | 925 482 888

“Este ano, que é o Ano Europeu da Juventude, o Município de Paredes está empenhado em apostar em iniciativas que vão de encontro às necessidades do público mais jovem muito afetado pela pandemia em que vivemos. É nosso objetivo dar destaque à saúde física e emocional d@s jovens, apostar na prevenção de comportamentos de risco e na promoção da melhoria da sua qualidade de vida.

21 abril | Campanha de recolha de sangue com o Instituto Português do Sangue, *marcação até dia 6 de abril*

21 e 22 de abril | Showcooking comida saudável

com a participação das turmas do Curso Profissional de Cozinha e Pastelaria da Escola Básica e Secundária de Paredes

23 abril | Distribuição de material de prevenção sexual; Rastreios às DST (Doenças Sexualmente Transmissíveis).

sáb | **23 Abr** | 14h00
dom | **24 Abr** | 9h00 e 15h00

OPEN ANNP Natação Artística

Piscina Rota dos Móveis, Recarei

Classificação:
M/3

Preço: gratuito

Info: 963 679 648
piscinarotadosmoveis@cm-paredes.pt

“A Piscina Municipal Rota dos Móveis, acolhe, nos dias 23 e 24 de abril, a primeira edição do Open da Associação de Natação do Norte de Portugal (ANNP) em natação artística.

A competição, reservada a nadadoras de categoria infantil, juvenil, júnior e absoluta, já tem a confirmação de várias equipas portuguesas, bem como de espanholas.

ABR
2022

sáb | **23 Abr** | primeira meia final, horário a definir
sáb | **23 Abr** | segunda meia final, horário a definir
dom | **24 Abr** | final, horário a definir

FINAL FOUR WORLDSKATE EUROPE CUP

Hóquei em Patins

Multiusos de Paredes

Classificação: M/3

Preço: informação será divulgada oportunamente

Info: gabinete.desporto@cm-paredes.pt | 255 788 985

A Taça World Skate Europe, também conhecida por Taça WSE, é uma competição europeia de clubes de Hóquei em Patins. É a segunda competição mais importante europeia de clubes da World Skate Europe – Rink Hockey.



seg | **25Abr** | 14h30

CAMINHADA SOLIDÁRIA

Atividade Ar Livre

Parada de Todeia

Classificação: M/10

Preço: 5 Passos

Info: juntafreguesiaparada@sapo.pt | 255 137 918

Local de Partida: Arraial D. António Barbosa Leão

Oferta de Kit:

T-shirt + Água

Valor reverte para a Liga Portuguesa contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte



**LIGA PORTUGUESA
CONTRA O CANCRO**

10º GRANDE PRÉMIO DE CICLISMO

OJOGO



seg | 25 Abr | Chegada Parque José Guilherme

GRANDE PRÉMIO OJOGO

Ciclismo

Gandra | Lordelo | Rebordosa | Vandoma | Baltar | Paredes

Classificação: M/3

Preço: gratuito

Info: gabinete.desporto@cm-paredes.pt | 963 679 648

Está de volta o Grande Prémio Ciclismo OJOGO. Para os amantes da modalidade - e população em geral - trata-se de um momento de animação, satisfação e até de felicidade. Nesta época de regresso à normalidade, será certamente um bom convívio entre a população.

Após o enorme sucesso do 9º Grande Prémio OJOGO, realizado em 2021, volta à estrada em 2022, com muitos aficionados a aplaudir!

ABR
2022

sex | **29 Abr** | todo o dia

AVELEDA SPECIAL CUP 2022

Golfe

Campo de Golfe do Aqueduto

Classificação: M/10

Info: paredesgolfeclub@gmail.com



DESPORTO MAIS PERTO DE SI

Contactos das Instalações Desportivas Municipais

MULTIUSOS DE PAREDES

Tel. 255 788 915

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PAVILHÃO MUNICIPAL ESCOLAR DE PAREDES

Tel. 255 788 988

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

MULTIUSOS DE ASTROMIL

Tel. 255 788 894

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

MULTIUSOS AGUIAR DE SOUSA

Tel. 255 788 894

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE PAREDES

Tel. 255 785 691

Mail. piscinaparedes@cm-paredes.pt

PISCINA VERDE PAREDES

Tel. 255 785 691

Mail. piscinaparedes@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE REBORDOSA

Tel. 224 159 177

Mail. piscinarebordosa@cm-paredes.pt

PAVILHÃO MUNICIPAL ESCOLAR DE CRISTELO

Tel. 255 783 280

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

CIDADE DESPORTIVA DE PAREDES

Tel. 255 788 894

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS LORDELO

Tel. 255 788 894

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE LORDELO

Tel. 224 449 043

Mail. piscinalordelo@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL ROTA DOS MÓVEIS, RECAREI

Tel. 224 337 420

Mail. piscinarotadosmoveis@cm-paredes.pt



JUNIOR TOUR

ACADEMIA PAREDES GOLFE CLUBE

2 ABRIL | Campo de Golfe do Aqueduto

Informações: paredesgolfeclube@gmail.com



LIGA NACIONAL P&P

PAREDES GOLFE CLUBE

3 ABRIL | Campo de Golfe do Aqueduto

Informações: paredesgolfeclube@gmail.com



OPEN WEEK

FITNESS FACTORY

4 a 10 ABRIL | Fitness Factory Paredes

Informações: paredes@fitnessfactory.pt



TAÇA ASS. SENIORES

PAREDES GOLFE CLUBE

5 ABRIL | Campo de Golfe do Aqueduto

Informações: paredesgolfeclube@gmail.com



OPEN DAY - DIA DA ATIVIDADE FÍSICA

PROMOV REBORDOSA

6 ABRIL | Pavilhão Moreira Neto

Informações: geral@rebordosandebol.pt



OPEN DAY - DIA DA ATIVIDADE FÍSICA

IDEAL KORPUS PAREDES

6 ABRIL | Clube de Saúde Ideal Korpus

Informações: mailto:marketing@idealkorpus.com



3º TORNEIO DE MINI HÓQUEI "25 DE ABRIL"

CASA DO POVO DE SOBREIRA

24 ABRIL | Pavilhão Ernesto Silva

Informações: casadopovodesobreira@gmail.com



1ª CAMINHADA USCPAREDES

UNIÃO SPORT CLUB DE PAREDES

25 ABRIL | Estádio das Laranjeiras

Informações: geral@uscpt.pt

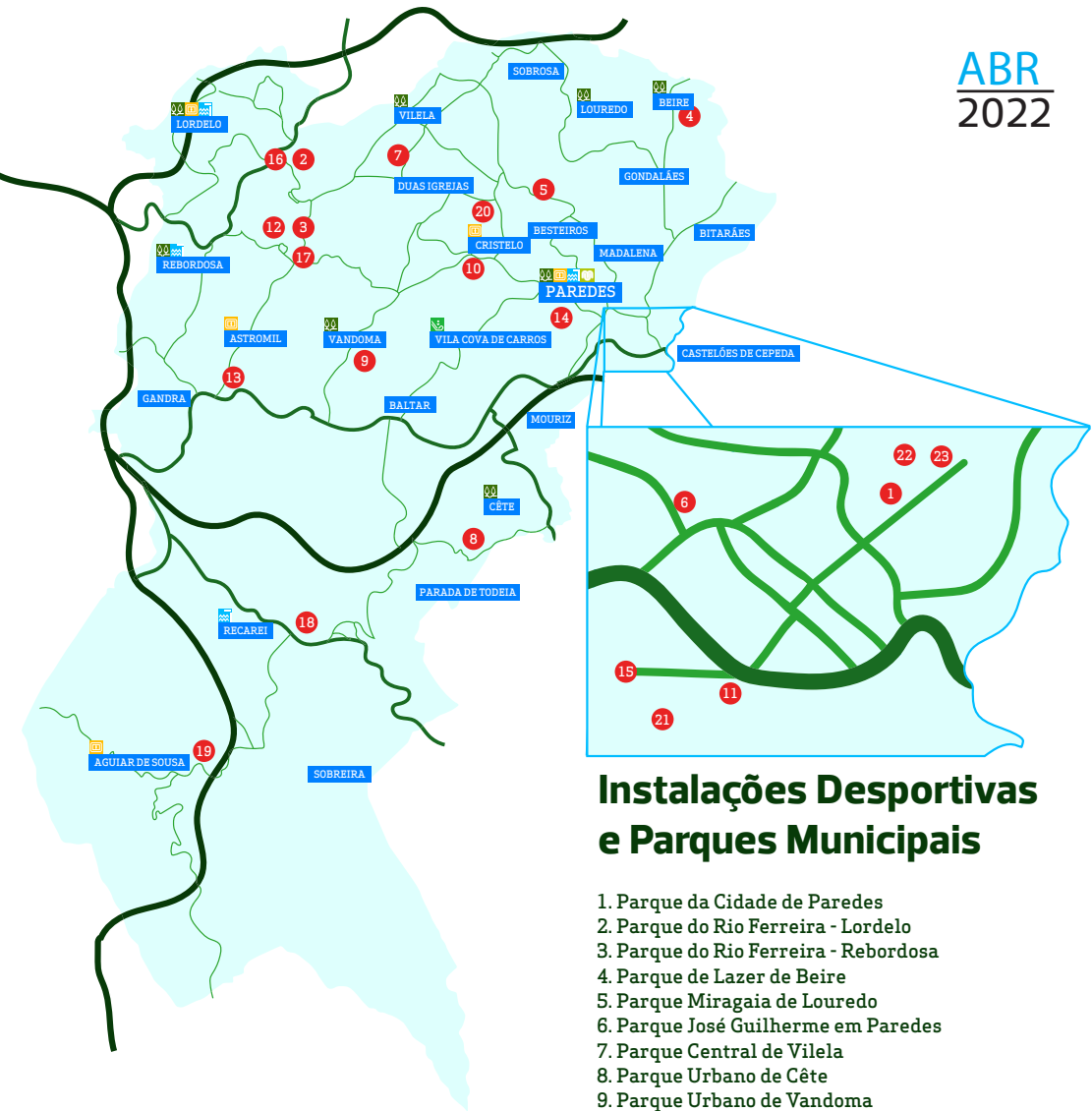


2º TORNEIO DE ANDEBOL "25 DE ABRIL"

CASA DO POVO DE SOBREIRA

25 ABRIL | Pavilhão Ernesto Silva

Informações: casadopovodesobreira@gmail.com



Instalações Desportivas e Parques Municipais

1. Parque da Cidade de Paredes
2. Parque do Rio Ferreira - Lordelo
3. Parque do Rio Ferreira - Rebordosa
4. Parque de Lazer de Beire
5. Parque Miragaia de Louredo
6. Parque José Guilherme em Paredes
7. Parque Central de Vilela
8. Parque Urbano de Cête
9. Parque Urbano de Vandoma
10. Campo de Golfe do Aqueduto
11. Pavilhão Multiusos de Paredes
12. Pavilhão Rota dos Móveis
13. Multiusos de Astromil
14. Cidade Desportiva de Paredes
15. Piscina Municipal de Paredes
16. Piscina Municipal de Lordelo
17. Piscina Municipal de Rebordosa
18. Piscina Municipal Rota dos Móveis
19. Multiusos de Aguiar de Sousa
20. Pavilhão Municipal Escolar de Cristelo
21. Pavilhão Municipal Escolar de Paredes
22. Centro de Marcha e Corrida
23. Piscina Verde



Instalações Desportivas



Parques



Piscinas Municipais



Campo de Golfe do Aqueduto



Centro de Marcha e Corrida



PELOURO DO DESPORTO

gabinete.desporto@cm-paredes.pt
255 788 906