



FACTOS E NÚMEROS

Localização
**Distrito do Porto,
Norte de Portugal**

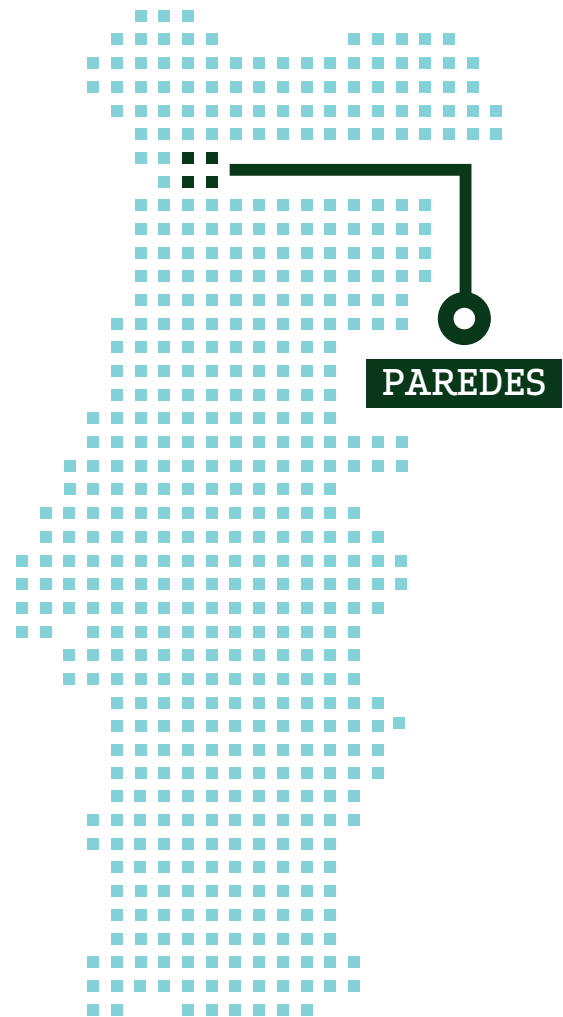
Área Total
157,76 km²

Sede do Município
Paredes

Divisão Administrativa
18 Freguesias

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

População
86,854 (em 2011)



JANEIRO / 2024
TREINA CONNOSCO!

Centro de Marcha e Corrida do Parque da Cidade de Paredes
Pavilhão Rota dos Móveis, Cidade de Lordelo

CALENDÁRIO JANEIRO / 2024
(Todas as quarta-feiras de cada mês, às 19h00)

| | | |
|-----|-----|-----|
| dia | dia | dia |
| 3 | 10 | 17 |
| dia | dia | |
| 24 | 31 | |

Aparece e traz um amigo!

TREINA CONNOSCO

📅 3, 10, 17, 24 e 31 janeiro

📍 Centro de Marcha e Corrida de Paredes
Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo

O Treina Connosco volta a realizar-se todas as quartas-feiras deste mês, nos dias 3, 10, 17, 24 e 31, pelas 19h00. A atividade, promovida pelo Município de Paredes, tem como objetivo incentivar à prática de exercício físico, através de uma corrida ou caminhada informal de 10 km, com início no Centro de Marcha e Corrida do Parque da Cidade de Paredes e no Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo.

📄 Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

TRAIL DOS REIS SOLIDÁRIO

📅 7 de janeiro

📍 Bombeiros Voluntários de Baltar

No dia 7, os Bombeiros Voluntários de Baltar promovem o "Trail dos Reis Solidário". A iniciativa, que visa a angariação de fundos para a associação sob o mote "Ajude-nos a ajudar!", tem início às 8h30 com o Trail Longo de 25 km, seguindo-se o Trail Curto de 15 km pelas 08h45 e a caminhada de 8 km pelas 9h00.

As inscrições podem ser realizadas em www.portimer.pt, no quartel dos Bombeiros Voluntários de Baltar e nas juntas de freguesia de Vandoma, Gandra e Recarei.

📄 15€ - Trail Longo
12€ - Trail Curto
8€ - Caminhada

✉ comando@bvbaltaar.pt

TRAIL dos Reis solidário!
Ajude-nos a ajudar!

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS BALTAR

PADRINHOS
Hugo Pinto
Patricia Ribeiro

TRAIL CURTO 15 KM - 12 capacetes 08:45h
TRAIL LONGO 25 KM - 15 capacetes 08:30h
CAMINHADA 8 KM - 8 capacetes 09:00h

ABASTECIMENTO FINAL / GRELHADOS / 1 BEBIDA OFERTA DE 1 T-SHIRT

07 Janeiro 2024
Inscrições:
www.portimer.pt
outros locais de inscrições:
BOMBEIROS BALTAR * JUNTA FREGUESIA VANDOMA - GANDRA - RECAREI



FASE FINAL DO CAMPEONATO NACIONAL DE INDOOR DE SENIORES MASCULINOS E FEMININOS

📅 13 e 14 de janeiro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

A Fase Final do Campeonato Nacional de Hóquei Indoor de Seniores Masculinos e Femininos vai ser disputada nos dias 13 e 14, no Pavilhão Multiusos de Paredes. O evento é organizado pela Câmara Municipal de Paredes e pela Federação Portuguesa de Hóquei.

📍 Entrada gratuita.

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

1ª CAMINHADA DOS RODAS&PREGOS

📅 14 janeiro

📍 Antiga Escola de Besteiros

A antiga escola de Besteiros vai ser o ponto de encontro para a 1ª Caminhada organizada pela associação "Rodas&Pregos". A iniciativa tem início às 08h30 com uma aula de Zumba, seguindo-se a caminhada pelas 09h00.

📍 5€ (Kit: t-shirt, água e fruta)

✉ 918 893 242 - Andrade

AULA DE YOGA DO RISO MVA

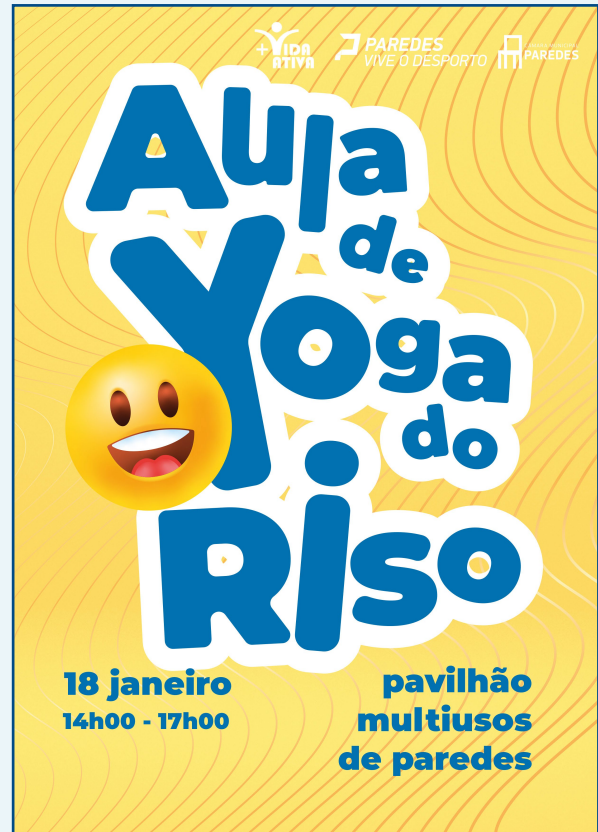
📅 18 janeiro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

O Pavilhão Multiusos de Paredes vai receber no dia 18, entre as 14h00 e as 17h00, uma aula de Yoga do Riso, de forma a assinalar o Dia Internacional do Riso. A iniciativa, dinamizada pela Câmara Municipal de Paredes, é dirigida à população sénior das freguesias e das IPSS 's do Concelho.

📍 Entrada gratuita

✉ maisvida.ativa@cm-paredes.pt



X



ELIMINATÓRIA DA TAÇA DE PORTUGAL HÓQUEI EM PATINS - OC BARCELOS X USCP PAREDES

📅 14 janeiro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

O Pavilhão Multiusos de Paredes recebe, uma vez mais, um jogo para a Taça de Portugal de seniores masculinos de Hóquei em Patins, a prova rainha da modalidade. No dia 14, pelas 20h00, disputa-se a eliminatória dos '16 avos' entre o Óquei de Barcelos e o União Sport Clube de Paredes.

📍 Preço sob consulta

✉ 917 853 446



V TRAIL DO CAPITÃO

📅 27 janeiro

📍 Praça da Comunidade, Rebordosa

A V edição do Trail do Capitão vai decorrer no dia 27, com início às 16h00, na Praça da Comunidade, em Rebordosa. A iniciativa, dinamizada pelo Grupo Desportivo da Portela com o apoio da Câmara Municipal de Paredes, da Junta de Freguesia de Rebordosa e da ATAD - Amigos do Trail Associação Desportiva, vai percorrer trilhos e caminhos das freguesias de Rebordosa, Vandoma e Baltar. O evento integra duas provas de carácter competitivo (Trail de 20km e Mini-Trail de 10 km), uma caminhada de 10km e, ainda, um trail destinado aos mais pequenos (Capitão Kids), com início às 10h30. A cerimónia de entrega de prémios está agendada para as 19h00.

- ① 1ª FASE (20/10/2023 até 31/12/2023):
Trail 20 km - 14,00€
Mini-Trail 10 km - 12,00€
Caminhada 10 km - 12,00€
- ② 2ª FASE (01/01/2024 até 20/01/2024)
Trail 20 km - 16,00€
Mini-Trail 10 km - 14,00€
Caminhada 10 km - 14,00€

✉ Inscrições: www.portimer.pt

DESPORTO MAIS PERTO DE SI

Contactos das Instalações Desportivas Municipais

PISCINA VERDE PAREDES

Tel. 961 903 752
Mail. piscinaparedes@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE REBORDOSA

Tel. 224 159 177
Mail. piscinarebordosa@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

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. 224 150 500
Mail. juntadeastromil@gmail.com

MULTIUSOS AGUIAR DE SOUSA

Tel. 224 500 415
Mail. jf.aguiarsousa@gmail.com

PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS LORDELO

Tel. 255 788 915
Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PAVILHÃO MUNICIPAL ESCOLAR DE CRISTELO

Tel. 255 783 280
Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

CIDADE DESPORTIVA DE PAREDES

Tel. 255 788 915
Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE PAREDES

Tel. 255 785 691
Mail. piscinaparedes@cm-paredes.pt



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

jan2024



PELOURO DO DESPORTO

gabinete.desporto@cm-paredes.pt
255 788 800