



FACTOS E NÚMEROS

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

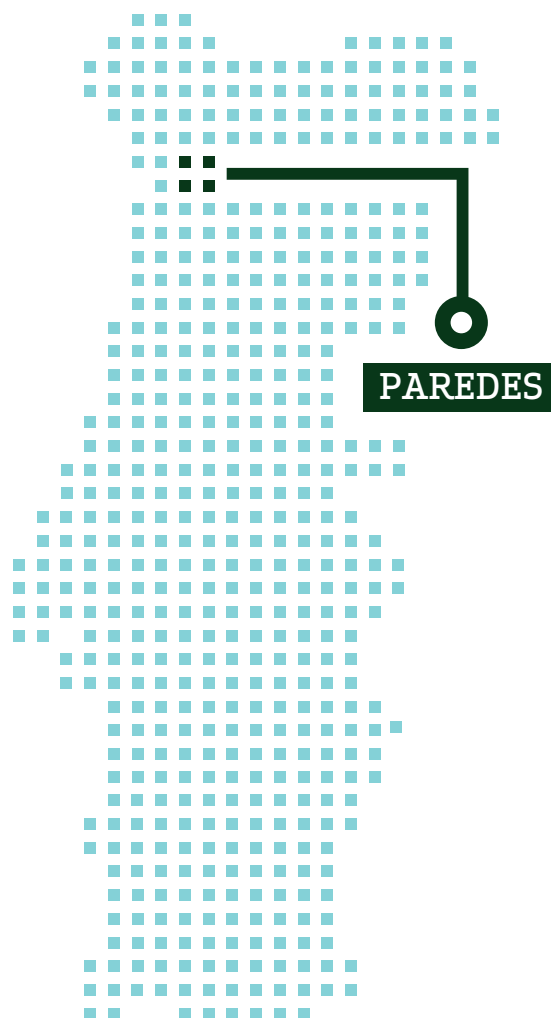
Área Total
157,76 km²

Sede do Município
Paredes

Divisão Administrativa
18 Freguesias

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

População
86,854 (em 2011)



ESTÁGIO DE PRÉ-ÉPOCA DA EQUIPA DE HÓQUEI EM PATINS DO SPORT LISBOA E BENFICA

📅 28 de agosto a 2 de setembro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

O estágio de pré-época da equipa de hóquei em patins do Sport Lisboa e Benfica realiza-se no Pavilhão Multiusos de Paredes, nos dias 28 de agosto a 2 setembro.

📍 Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt



IX TORNEIO

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS REBORDOSA

PETANCA

2 SET. 2023 14,30h

Parque Rio Ferreira REBORDOSA

TORNEIO ABERTO DOUBLETE

10

BOLAS POR EQUIPA

Contamos com a participação de todos os associados desta modalidade e pedimos apoio aos jogadores desta casa, onde as receitas revertem a favor dos Bombeiros Voluntários de Rebordosa.

Prémios por equipa

PRINCIPAL	CONSOLAÇÃO
1º 2 PRESUNTOS	1º 6 Salpicões + 2 garrafas vinho
2º 8 Salpicões + 2 garrafas vinho	2º 4 Salpicões + 2 garrafas vinho
3º 4 Salpicões + 2 garrafas vinho	3º 2 Salpicões + 2 garrafas vinho
4º 4 Salpicões + 2 garrafas vinho	4º 2 Salpicões + 2 garrafas vinho

IX TORNEIO DE PETANCA DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE REBORDOSA

📅 2 de setembro

📍 Parque do Rio Ferreira, em Rebordosa

No dia 2, realiza-se o IX Torneio de Petanca dos Bombeiros Voluntários de Rebordosa. A competição é aberta ao público e o valor das inscrições revertem a favor da corporação.

📍 10€ por equipa

✉ bombeirosrebordosa@bombeirosrebordosa.pt

JORNADAS DA SAÚDE NO DESPORTO

📅 9 de setembro

📍 Auditório da Junta de Freguesia de Sobreira

A Cruz Vermelha da Sobreira promove, no dia 9, as Jornadas da Saúde no Desporto, entre as 09h00 e as 12h00 e das 14h00 às 17h00. No evento, vão ser abordados os temas “Primeiros Socorros”, pela socorrista Daniela Costa, “Nutrição no Desporto”, por Marcelo Dias, “Fisioterapia no Desporto”, por Liliana Fonseca, e “Saúde Mental no Desporto”, por Marta Vidinha.

📍 5€ (inclui certificado de participação)

✉ dsobreira@cruzmermelha.org.pt

Jornadas da Saúde no Desporto

9 setembro
9H - 12H | 14H - 17H
Auditório da Junta de Freguesia de Sobreira
Inscrição obrigatória e limitada, através:
*5€ (inclui certificado de participação)

Primeiros Socorros
Socorrista Daniela Costa

Nutrição no Desporto
Dr. Marcelo Dias

Fisioterapia no Desporto
Dra. Liliana Fonseca

Saúde Mental no Desporto
Dra. Martinha Vidinha

QR Code

Com o apoio de: **CRUZ VERMELHA PORTUGUESA**, **CÂMARA MUNICIPAL PAREDES**, **Grupo de Jovens Nova Esperança**

Em parceria com: **FC Porto**, **Bilbao Basket**, **Liege Basket**, **BG Göttingen**

O MELHOR BASQUETEBOLO EUROPEU
2.ª EDIÇÃO

PAREDES INTERNATIONAL CUP 2023

8, 9 E 10 SETEMBRO

MULTIUSOS DE PAREDES

CÂMARA MUNICIPAL PAREDES

FC Porto (POR) | Bilbao Basket (ESP)
Liege Basket (BEL) | BG Göttingen (DE)

TORNEIO "ROUND-ROBIN"
2 JOGOS DIÁRIOS

ENTRADA LIVRE

PAREDES INTERNATIONAL CUP 2023

📅 8, 9 e 10 de setembro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

📍 Entrada Gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

O “melhor basquetebol europeu” vai jogar-se no Pavilhão Multiusos de Paredes, nos dias 8, 9 e 10, no âmbito da segunda edição do Paredes International Cup. A competição conta com a participação de quatro clubes: FC Porto, Bilbao Basket, Liege Basket e BG Göttingen. O torneio é em formato de “round-robin”, com dois jogos diários.

TORNEIO DE HÓQUEI EM PATINS DO USCP

📅 9 e 10 de setembro

📍 Pavilhão da Escola EB 2/3 de Paredes

A equipa de hóquei em patins do União Sport Clube de Paredes dá início à época 2023/2024 com um torneio de apresentação, nos dias 9 e 10, no Pavilhão da Escola EB 2/3 de Paredes. No primeiro dia de torneio, realizam-se as meias-finais entre a Juventude Pacense e o H. C. Penafiel, às 20h00, e entre o USCP e o Hóquei Clube do Marco, às 22h00. No dia 10, os escalões da formação do USCP vão defrontar a Juventude Pacense, com jogos ao longo de todo o dia. Ainda no dia 10, às 18h00, realiza-se a apresentação oficial da equipa sénior do União Sport Clube de Paredes. Segue-se o jogo de apuramento dos 3º e 4º lugares, às 19h00, e a final, às 21h00.

📍 Entrada Gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt



FPP 2023
PADEL
TOUR

SETEMBRO 2023
13. 14. 15. 16 e 17

📍 PAREDES, PORTO

"O MELHOR TORNEIO DE PADEL
ALGUMA VEZ REALIZADO EM PORTUGAL"

PADEL CLUBE
IDEALKORPUS

IDEALKORPUS
PAREDES
MASTER
PADEL
2023

Carby

FIBROMADE LASKASAS MCAetano starvie SIUX CAMARA MUNICIPAL PAREDES

PAREDES MASTER PADEL

📅 15 a 17 de setembro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

📍 12.50€ bancada central e 10€ bancada Norte e Sul

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

De 13 a 17, o Pavilhão Multiusos de Paredes vai ser palco do Paredes Master Padel, considerado o "melhor torneio de padel alguma vez realizado em Portugal". A competição reúne alguns dos atletas de elite nacionais e internacionais da modalidade: Javi Garrido, Lucas Campagnolo, Nacho Vilariño, Tolito Aguirre, os irmãos Deus, Marina Guinart, Carolina Navarro, Kátia Rodrigues e Catarina Vilela.



FESTIVAL DE PATINAGEM ARTÍSTICA DA ADPA – ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DE PAREDES

📅 16 de setembro

📍 Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo

No dia 16, às 18h00, o Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, acolhe o Festival de Patinagem Artística da ADPA – Associação Desportiva de Paredes. O evento conta com a participação do Quarteto Lumière, Campeão Nacional Senior 2023, e do Quarteto Fearless Panthers, Campeão Nacional Júnior 2023.

📍 Entrada Gratuita

✉ adpa.direcao@gmail.com

PROMOV – ABERTURA DA ÉPOCA E APRESENTAÇÃO DAS EQUIPAS

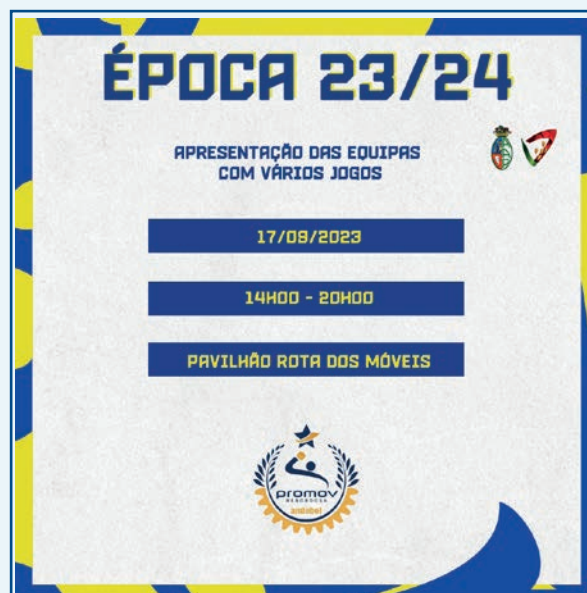
📅 17 de setembro

📍 Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo

O Promov Rebordosa Andebol assinala o início da época 2023/2024 com uma cerimónia de apresentação das equipas, no dia 17, no Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo. Entre as 14h00 e as 20h00, as equipas do clube vão disputar vários jogos.

📍 Entrada Gratuita

✉ geral@rebordosaandebol.pt



TORNEIO INTERNACIONAL DE PAREDES DE VOLEIBOL

📅 23 e 24 de setembro

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

Nos dias 23 e 24, realiza-se, no Pavilhão Multiusos de Paredes, o Torneio Internacional de Paredes de Voleibol. A competição reúne quatro clubes: FC Porto, CD Fiães, Apollo 8 e Vitória SC. Consulte os horários dos jogos:

Sábado (23/09) – Torneio Internacional de Paredes
15:00 - FC Porto - CD Fiães
17:00 - Apollo 8 - Vitória SC

Domingo (24/09)
3º/4º lugares - 11:00
Final - 14:00

📍 Entrada Gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

1º TORNEIO DE FUTSAL INTER-RANCHOS

📅 23 a 24 de setembro

📍 Pavilhão EB 2/3 de Paredes

O Rancho Regional de Paredes dinamiza, nos dias 23 e 24 de setembro, o 1º Torneio de Futsal Inter-Ranchos, no Pavilhão EB 2/3 de Paredes.

📍 Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

Rancho Regional de Paredes

1º Torneio Futsal
Inter-Ranchos

BREVEMENTE

Vem Jogar
Connosco!

Valor: 125€ Bolas/Equipa

Rancho Regional de Paredes - Sede
Av. Padre Moreira das Neves, 4580-162 Paredes



7º TORNEIO REGIONAL DE PETANCA DA ASSOCIAÇÃO DE PETANCA DA ZONA NORTE

📅 30 de setembro

📍 Clube de Petanca de Rebordosa

O 7º Torneio Regional de Petanca da Associação de Petanca da Zona Norte vai disputar-se no Clube de Petanca de Rebordosa, no dia 30 de setembro, às 14h00.

📍 Entrada Gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt



GALA DO DESPORTO

PAREDES

4 OUTUBRO
21h00

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

23 - 30 SETEMBRO

Atividades Todos os Dias

23 Setembro

• **ABERTURA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO**

• **MAIOR SUNSET DE CYCLING DO NORTE**

18h00 - 20h00
Avenida da Granja da Fonseca
(Parque da Cidade de Paredes - ao Lado da Piscina Verde)

24 Setembro

• **PEDALADA, CORRE E CAMINHA EM FAMÍLIA**

9h30
Parque da Cidade de Paredes

25 Setembro

• **AULAS DE PILATES**

17h30
Parque José Guilherme

26 Setembro

• **MOSTRA DE DESPORTO INCLUSIVO**

10h00 - 12h00

Pavilhão Multiusos de Paredes

27 Setembro

• **APRESENTAÇÃO DA NOVA MODALIDADE DO PROGRAMA "MAIS VIDA ATIVA": WALKING FOOTBALL**

10h00
Pavilhão Multiusos de Paredes

• **TREINA CONNOSCO: NOVA ÉPOCA**

19h00
Pavilhão Rota dos Móveis + Centro de Marcha e Corrida

28 Setembro

• **AÇÃO FORMAÇÃO ACREDITADA DESPORTO POR/COMO VIA PARA A INCLUSÃO**

Pavilhão Multiusos de Paredes

29 Setembro

• **"ALEGRIA NO DESPORTO"**

10h00
Agrupamento de Escolas do Concelho

30 Setembro

• **PAREDES FITNESS**

9h30
Pavilhão Multiusos de Paredes

Parceiros



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

CIDADE DESPORTIVA DE PAREDES

Tel. 255 788 894

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL DE PAREDES

Tel. 255 785 691

Mail. piscinaparedes@cm-paredes.pt

PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS LORDELO

Tel. 255 788 894

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

PAVILHÃO MUNICIPAL ESCOLAR DE CRISTELO

Tel. 255 783 280

Mail. gabinete.desporto@cm-paredes.pt

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

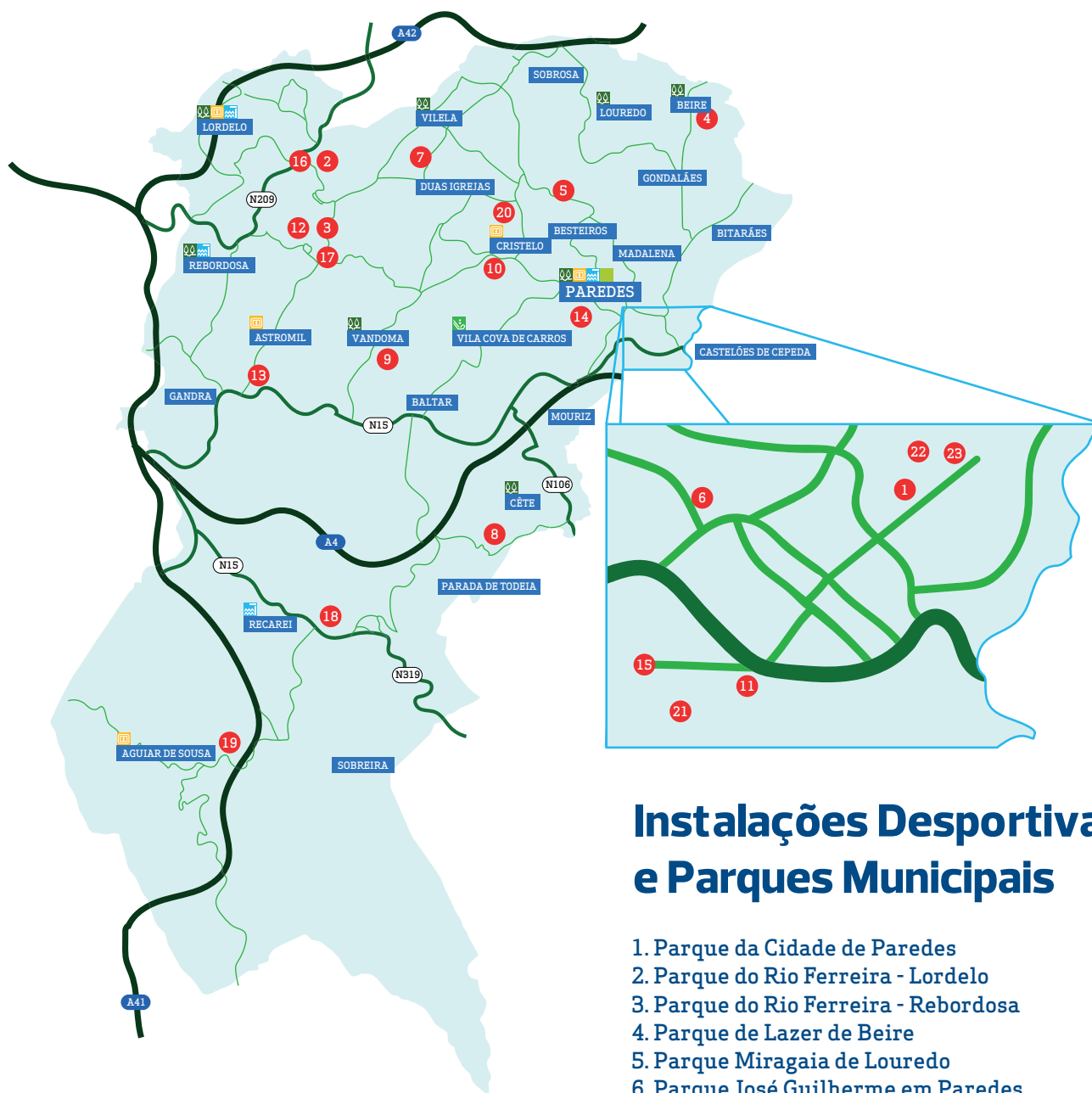
Tel. 224 449 043

Mail. piscinalordelo@cm-paredes.pt

PISCINA MUNICIPAL ROTA DOS MÓVEIS, RECAREI

Tel. 224 337 420

Mail. piscinarotadosmoveis@cm-paredes.pt



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

set2023



GALA DO DESPORTO

PAREDES

4 OUTUBRO
21h00

PELOURO DO DESPORTO

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