



Taça da Europa  
Patinagem Artística 2021  
PAREDES PORTUGAL

## FACTOS E NÚMEROS

Localização  
Distrito do Porto,  
Norte de Portugal

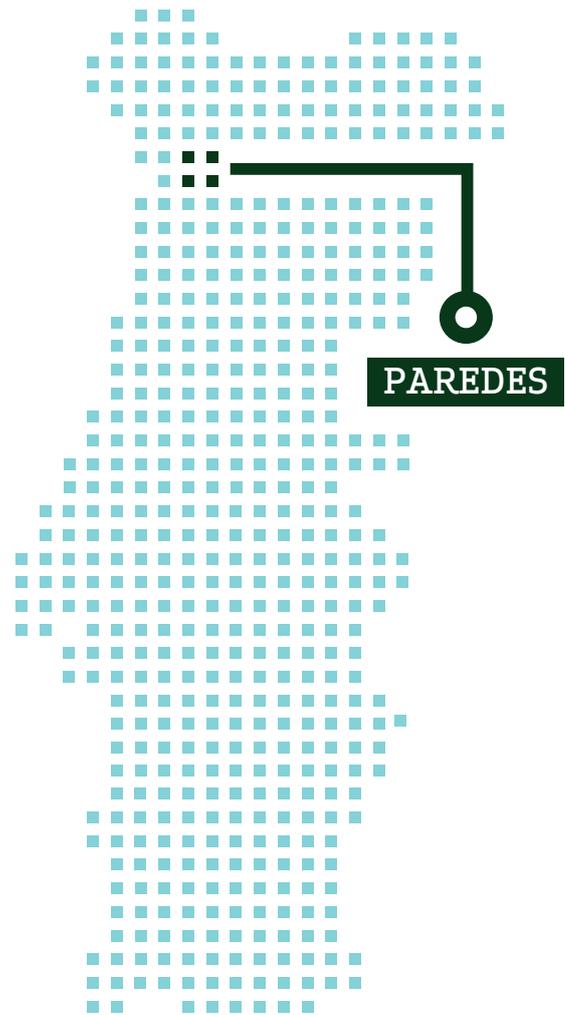
Área Total  
157,76 km<sup>2</sup>

Sede do Município  
Paredes

Divisão Administrativa  
18 Freguesias

Feriado Municipal  
Segunda-feira após  
o terceiro domingo  
de julho

População  
86,854 (em 2011)



## CORRIDA CIDADE DE GANDRA

 1 junho

 Avenida Central de Gandra

A Junta de Freguesia de Gandra promove, no dia 1, a Corrida Cidade de Gandra. O evento tem início pelas 19h00, com uma corrida para as crianças. Pelas 21h00, será dado o apito inicial para a corrida de 10km e para a caminhada de 6km.

 Preço:  
Corrida 10km - 10 euros  
Caminhada 6km - 5 euros

Inscrições:  
<https://www.queroir.pt/corrida-cidade-de-gandra-2024>  
Junta de Freguesia de Gandra

 22 415 0320



## FINAL TAÇA INATEL DE BASQUETEBOL

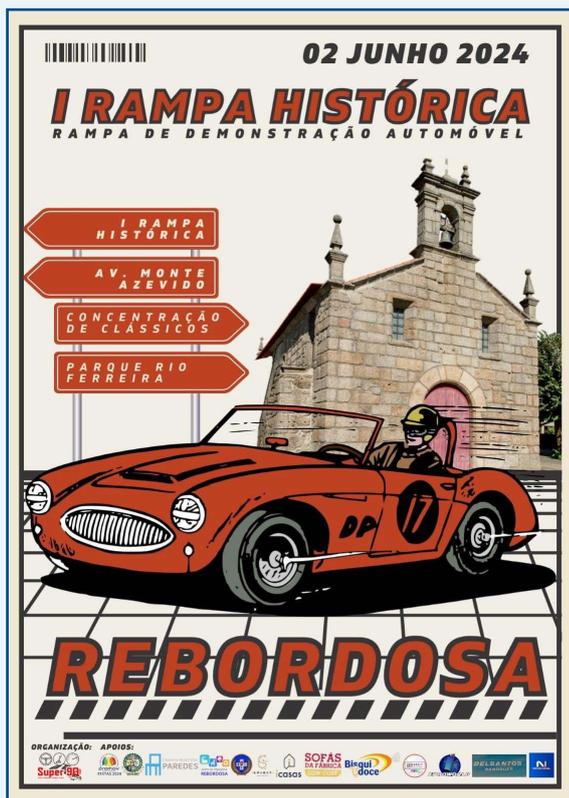
 1 junho

 Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

No dia 1, pelas 17h00, o Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, vai receber a Final da Taça INATEL de Basquetebol, entre Famalicense AC e Matosinhos Basket. A entrega da taça está agendada para as 18h00.

 Entrada gratuita

 gabinete.desporto@cm-paredes.pt



## I RANPA HISTÓRICA DE REBORDOSA

📅 2 junho

📍 Avenida Monte de Azevedo

No dia 2, entre as 09h00 e as 19h00, vai decorrer a primeira edição da Rampa Histórica de Rebordosa, uma concentração automóvel de clássicos, organizada pelo Moto Clube de Rebordosa em parceria com a Comissão de Festas de Rebordosa e a Super98.

📍 Entrada gratuita

✉ 916 779 300

## PROGRAMA DIABETES EM MOVIMENTO – ATIVIDADE FÍSICA NAS ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA

📅 3 junho

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

O Programa Diabetes em Movimento, promovido pela Câmara Municipal de Paredes em colaboração com a Unidade De Saúde Pública Vale do Sousa Sul - ULSTS, dinamiza, no dia 3, pelas 14h30, uma sessão de educação para a Saúde com o tema "Atividade Física nas Atividades da Vida Diária", no Pavilhão Multiusos de Paredes.

📍 Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

**DIABETES**<sup>®</sup>  
EM MOVIMENTO

PAVILHÃO MULTIUSOS ROTA DOS MOVEIS  
LORDELO | PAREDES  
3 A 10 DE JUNHO 2024

CAMPEONATO NACIONAL PATINAGEM LIVRE - TORNEIO NACIONAL DE BENJAMINS

ORGANIZAÇÃO:  FEDERAÇÃO DE PATINAGEM DE PORTUGAL   APOIO:  CÂMARA MUNICIPAL PAREDES

## CAMPEONATO NACIONAL DE PATINAGEM LIVRE

-  3 a 10 junho
-  Pavilhão Rota Dos Móveis, Lordelo
-  Entrada gratuita
-  [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

O Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, vai acolher, entre os dias 3 e 10 de junho, o Campeonato Nacional de Patinagem Livre – Torneio de Benjamins. O evento desportivo, organizado pela Federação de Patinagem de Portugal, pela Associação de Patinagem do Porto e pela ADPA- Associação Desportiva de Paredes, com o apoio da Câmara Municipal de Paredes, vai reunir cerca de 330 atletas de 85 clubes de Portugal Continental e Ilhas.

**PAREDES**  
VIVE O DESPORTO

**PAREDES**

JUNHO / 2024

# TREINA CONNOSCO!

**Centro de Marcha e Corrida do Parque da Cidade de Paredes**

**Pavilhão Rota dos Móveis, Cidade de Lordelo**

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

dia	dia	dia	dia
5	12	19	26

Aparece e traz um amigo!

## TREINA CONNOSCO

📅 5, 12, 19 e 26 junho

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

O Treina Connosco volta a realizar-se todas as quartas-feiras deste mês, nos dias 5, 12, 19 e 26, 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.

① Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

## PROGRAMA DIABETES EM MOVIMENTO – GESTÃO DA POLIMEDICAÇÃO

📅 7 junho

📍 Pavilhão Multiusos de Paredes

No dia 7, pelas 14h30, o Programa Diabetes em Movimento, promovido pela Câmara Municipal de Paredes em colaboração com a Unidade De Saúde Pública Vale do Sousa Sul - ULSTS, promove uma sessão de educação para a Saúde com o tema “Gestão da Polimedicação”, no Pavilhão Multiusos de Paredes.

① Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt



## PASSEIO BICICLAR EM FAMÍLIA

📅 8 junho

📍 Agrupamento de Escolas de Lordelo

No dia 8, entre as 9h00 e as 13h00, realiza-se o Passeio Biciclar em Família que percorrerá o percurso entre os Centros Escolares nº 1 e nº 2 de Lordelo e a Escola Básica e Secundária de Lordelo. Esta atividade é promovida pelo Município de Paredes, em parceria com o Agrupamento de Escolas de Lordelo e a Academia de Ciclismo Paredes-Fortunna, e dirige-se a todos os alunos e respetivos familiares dos estabelecimentos de ensino.

🆓 Entrada gratuita

✉ [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

## TORNEIO CIDADE DE PAREDES VETERANOS

📅 14 a 16 junho

📍 Cidade Desportiva de Paredes  
Estádio Municipal das Laranjeiras

Entre os dias 14 e 16, decorre a sexta edição do Torneio Cidade de Paredes Veteranos. A iniciativa desportiva conta com a participação dos Veteranos USC Paredes, Veteranos Almeria, Veteranos Benfica, Veteranos Gil Vicente e Veteranos Camacha. A receção das equipas está agendada para o dia 14, pelas 19h00, e o torneio tem início no dia 15, a partir das 09h30, na Cidade Desportiva de Paredes (de manhã) e no Estádio das Laranjeiras (de tarde). O torneio encerra pelas 13h00, do dia 16, após um jogo entre os atletas das equipas participantes e a equipa convidada.

🆓 Entrada gratuita

✉ [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

## ESTÁGIO DE VERÃO KARATÉ 2024

 15-16 junho

 Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

No dia 15, entre as 09h00 e as 13h00, e as 15h30 e as 19h00, e no dia 16, entre as 09h00 e as 13h00, o Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, recebe o Estágio de Verão de Karaté 2024. A iniciativa desportiva é organizada pelo U.K.S.P - União de Karaté Shotokan de Portugal com o apoio da Câmara Municipal de Paredes.

 Entrada gratuita

 gabinete.desporto@cm-paredes.pt



## TREINOS REGIONAIS GRADUADOS ZONA NORTE - CENTRO PORTUGUÊS DE KARATÉ

 15 junho

 Pavilhão Multiusos de Paredes

O Pavilhão Multiusos de Paredes vai ser palco, no dia 15, pelas 10h30, dos Treinos Regionais Graduados Zona Norte, dinamizado pelo Centro Português de Karaté, com o apoio da Câmara Municipal de Paredes, da Junta de Freguesia de Paredes e da Associação de Karate Shotokan de Paredes e Vale do Sousa. A iniciativa desportiva vai contar com a orientação técnica do Sensei António José Lopes.

 Entrada gratuita

 gabinete.desporto@cm-paredes.pt

## CAMINHADA DOS 50 ANOS – GDR OS ROMANOS

📅 16 junho

📍 Antiga Escola Primária de Besteiros

O Grupo Desportivo e Recreativo “Os Romanos” de Besteiros organizam, no dia 16, pelas 09h30, a “Caminhada dos 50 anos”, que pretende assinalar os anos de existência do clube. O evento tem início na Antiga Escola Primária de Besteiros, atual sede do clube, e prosseguirá por toda a freguesia num total de 6 km.

📌 Preço: 5 euros  
(kit+ t-shirt + saco + água + fruta)

✉ Info / Inscrições:  
gdrosromanos@outlook.pt  
914 527 929  
916 682 170

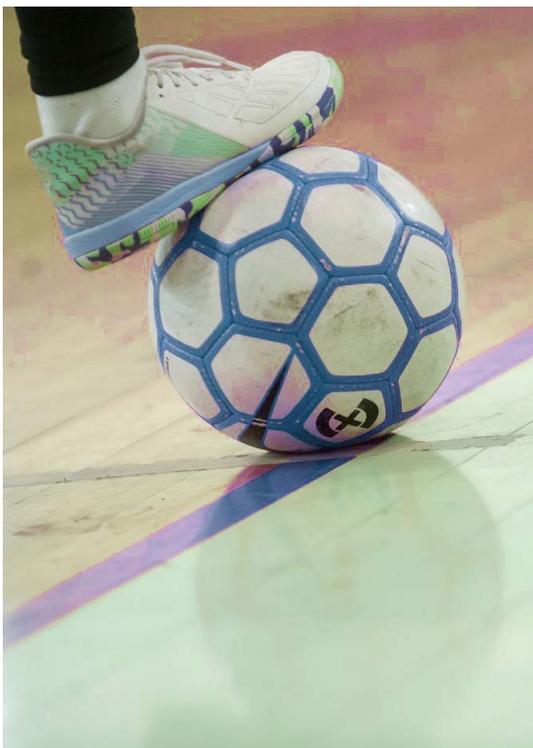
**CAMINHADA**  
*dos 50 anos*

**16 JUNHO**  
**9H30**  
**ESCOLA PRIMÁRIA DE BESTEIOS**  
**6 KM**

**5 PASSOS C/ OFERTA DE TSHIRT + SACO + FRUTA + ÁGUA**

Inscrições:  
Tm: 914 527 929 | 916 682 170  
Email: gdrosromanos@outlook.pt  
Levantamento dos kits:  
Dia 14 de Junho das 21h às 23h  
Dia 16 de Junho a partir das 8h

ORGANIZAÇÃO: PATROCINADORES OFICIAIS: PARCEIROS:



## FINAL TAÇA INATEL DE FUTSAL

📅 16 junho

📍 Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

O Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, recebe a Final da Taça INATEL de Futsal no dia 16, pelas 17h00, entre SC Montezelo e Baguim do Monte.

📌 Entrada gratuita

✉ gabinete.desporto@cm-paredes.pt

**EUROPEAN  
MASTERS  
HANDBALL  
CHAMPIONSHIP**

**20 A 23  
JUNHO**

**PAREDES  
2024**

**EHF**

**CÂMARA MUNICIPAL DE PAREDES**  
**EHF**  
**FEDERAÇÃO DE ANDEBOL DE PORTUGAL**  
**ASSOCIAÇÃO DE ANDEBOL DO PORTO**  
**BODICANT**  
**IRMARFER STRUCTURES**

## EHF MASTERS ANDEBOL

-  20 a 23 junho
-  Pavilhão Multiusos de Paredes
-  Entrada Gratuita
-  gabinete.desporto@cm-paredes.pt

O Pavilhão Multiusos de Paredes recebe, entre os dias 20 e 23, o European Masters Handball Championship, promovido em parceria entre a Câmara Municipal de Paredes, a Federação Europeia de Andebol, a Federação de Andebol de Portugal e a Associação de Andebol do Porto.



## FINAL DO ANO LETIVO MAIS VIDA ATIVA

28 junho

Parque da Cidade de Paredes

De forma a assinalar o Final do Ano Letivo do Programa Mais Vida Ativa, o Município de Paredes vai organizar, no dia 28, entre as 10h00 e as 16h00, diversas atividades para os alunos que integram o programa, no Parque da Cidade.

**Entrada gratuita**

[maisvida.ativa@cm-paredes.pt](mailto:maisvida.ativa@cm-paredes.pt)

## CAMPEONATO NACIONAL DE PUZZLES

29 e 30 junho

Pavilhão Multiusos de Paredes

O Pavilhão Multiusos de Paredes recebe, nos dias 29 e 30, entre as 10h00 e as 21h30, o Campeonato Nacional de Puzzles, organizado pela Associação Portuguesa Puzzles. A competição vai contar com provas individuais, de pares e em grupos para adultos e crianças e, ainda, com o Desafio Gigante.

**Preço:**  
Entre os 10€ e os 30€

**Inscrições:**  
[www.appz.pt](http://www.appz.pt)

**CAMPEONATO NACIONAL  
PUZZLES**

29 e 30 junho 2024 Paredes

Individuais | Pares | Grupos  
Adultos | Crianças

Desafio Gigante

Para mais informações:  
[www.appz.pt](http://www.appz.pt)

Inscrições abertas  
Até ao dia 23/5/24

Associação Portuguesa de Puzzles

Associação Portuguesa de Puzzles

CAMARIA MUNICIPAL PAREDES

Associação Portuguesa de Puzzles

WORLD JIGSAW PUZZLE FEDERATION

CASA DO PUZZLE

McDonald's

Ravensburger



## ESPETÁCULO "ESPÍRITOS VIAJANTES" DA IDANCE ACADEMY

📅 30 junho

📍 Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

A IDance Academy apresenta, no dia 30, pelas 17h30, o espetáculo "Espíritos Viajantes", no Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo.

📄 Preço Sob Consulta (Bilhetes à venda brevemente)

✉ Info: [geral@idance.pt](mailto:geral@idance.pt)

# DESPORTO MAIS PERTO DE SI

## Contactos das Instalações Desportivas Municipais

### PISCINA VERDE PAREDES

Tel. 961 903 752  
Mail. [piscinaparedes@cm-paredes.pt](mailto:piscinaparedes@cm-paredes.pt)

### MULTIUSOS DE PAREDES

Tel. 255 788 915  
Mail. [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

### CIDADE DESPORTIVA DE PAREDES

Tel. 255 788 915  
Mail. [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

### PISCINA MUNICIPAL DE REBORDOSA

Tel. 224 159 177  
Mail. [piscinarebordosa@cm-paredes.pt](mailto:piscinarebordosa@cm-paredes.pt)

### PAVILHÃO MUNICIPAL ESCOLAR DE PAREDES

Tel. 255 788 988  
Mail. [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

### PISCINA MUNICIPAL DE PAREDES

Tel. 255 785 691  
Mail. [piscinaparedes@cm-paredes.pt](mailto:piscinaparedes@cm-paredes.pt)

### PISCINA MUNICIPAL DE LORDELO

Tel. 224 449 043  
Mail. [piscinalordelo@cm-paredes.pt](mailto:piscinalordelo@cm-paredes.pt)

### PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS LORDELO

Tel. 255 788 915  
Mail. [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

### MULTIUSOS DE ASTROMIL

Tel. 224 150 500  
Mail. [juntadeastromil@gmail.com](mailto:juntadeastromil@gmail.com)

### PISCINA MUNICIPAL ROTA DOS MÓVEIS, RECAREI

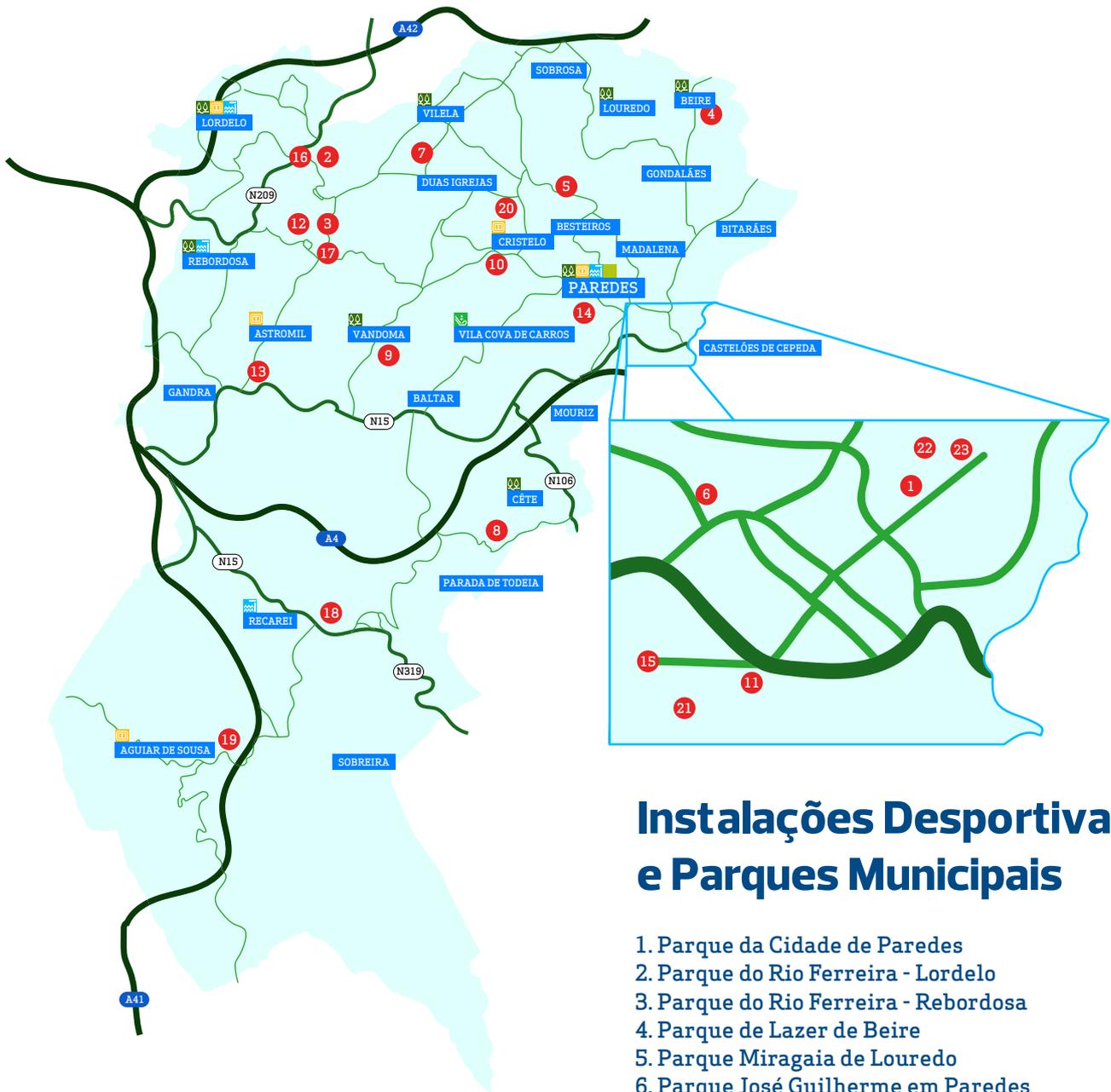
Tel. 224 337 420  
Mail. [piscinarotadosmoveis@cm-paredes.pt](mailto:piscinarotadosmoveis@cm-paredes.pt)

### PAVILHÃO MUNICIPAL ESCOLAR DE CRISTELO

Tel. 255 783 280  
Mail. [gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)

### MULTIUSOS AGUIAR DE SOUSA

Tel. 224 500 415  
Mail. [jf.aguiarsousa@gmail.com](mailto:jf.aguiarsousa@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

jun2024



**PELOURO DO DESPORTO**

[gabinete.desporto@cm-paredes.pt](mailto:gabinete.desporto@cm-paredes.pt)  
255 788 800