



13 RAID BTT ACR REBORDOSA

No dia 9, a Associação Cultural e Recreativa de Rebordosa promove mais uma edição do evento Raid BTT ACR Rebordosa. A prova é dividida em dois percursos: um raid de 30km e um mini raid de 15km.

9 novembro 9H00 Info:

Preço: 15€.

gabinete.desporto@cm-paredes.pt



Rebordosa

DIA MUNDIAL DO DIABÉTICO

Para assinalar o Dia Mundial do Diabético, o Município de Paredes promove, no dia 14, às 14h00, no âmbito do programa Diabetes em Movimento, uma sessão especial, com um passeio à Senhora do Salto, seguido de um magusto para todos os utentes.

Parque Natural da Senhora do Salto, Aguiar de Sousa

14 novembro 14H00-16H00 Info:

Entrada gratuita. gabinete.desporto@cm-paredes.pt



3º OPEN DISTRITAL VALENTIM PINTO | PARTE II

A Associação de Patinagem do Porto e a Associação Desportiva de Paredes promovem, com o apoio da Câmara Municipal de Paredes, o 3º Open Distrital Valentim Pinto, nos dias 15 e 16, no Pavilhão Rota dos Móveis. Com a participação de jovens talentos e patinadores experientes, a competição é já uma referência no calendário desportivo regional.

Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo

15 e 16 novembro Info: Entrada gratuita. adpa.direcao@gmail.com



NOVEMBRO AZUL - O DIA MUNDIAL DE COMBATE AO CANCRO DA PRÓSTATA

ACâmara Municipal de Paredes promove, nos dias 17 e 18, um conjunto de aulas temáticas para assinalar o "Novembro Azul", com o objetivo de promover a sensibilização da prevenção do cancro da próstata. As aulas decorrem no Ginásio da Piscina Rota dos Móveis, em Recarei, e no Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo.

Pavilhão Rota dos Móveis

17 novembro

Info:

Ginásio/Piscina Rota dos Móveis

18 novembro

Entrada gratuita. gabinete.desporto@cm-paredes.pt



JORNADA DE ABERTURA LIGA BOCCIA SÉNIOR -MAIS VIDA ATIVA

O programa Liga Boccia Sénior - Mais Vida Ativa regressa a 19 de novembro ao Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, entre as 09h00 e as 16h30. A atividade conta com a participação das equipas das Juntas de Freguesia e das IPSS's do Concelho.

Pavilhão Rota dos Móveis

19 novembro 9H00-16H30

Info:

Entrada gratuita. gabinete.desporto@cm-paredes.pt



TAÇA DE PORTUGAL DE SYSTEMA COMBAT

A Taça de Portugal de Systema Combat vai ser disputada no Pavilhão Multiusos de Paredes, no dia 22. A competição é focada em diversas modalidades de artes marciais e desportos de combate.

Pavilhão Multiusos de Paredes

22 novembro 10H00-19H00 Info:
Entrada gratuita.
paulodavila@live.com.pt



TAÇA DE PORTUGAL DE PATINAGEM ARTÍSTICA

O Pavilhão Rota dos Móveis, em Lordelo, vai ser palco da Taça de Portugal de Patinagem Artística, entre 26 e 30 de novembro.

Pavilhão Rota dos Móveis, Lordelo 26 a 30 novembro 8H00-16H00 Info: Entrada gratuita. adpa.direcao@gmail.com



ESPETÁCULO "UNIVERSO EM PALCO"

A Geração Colorida leva ao palco do CCP - Centro Cultural de Paredes, no dia 30, o espetáculo "Universo em Palco". A peça é protagonizada pelos alunos da escola de dança.

Centro Cultural de Paredes

30 novembro 15H00 Info:

Preço: 3€.

geracaocolorida@gmail.com

des porto adap tado





Início: 1 de outubro

Futsal

segunda-feira: 11h-12h quinta-feira: 11h-12h

Andebol

terça-feira: 11h15-12h15 sexta-feira: 15h15-16h

Boccia

segunda-feira: 10h-11h quinta-feira: 10h-11h

Ténis de Mesa

terça-feira: 14h-14h45 quinta-feira: 14h-14h45

Pavilhão Multiusos de Paredes

Natação

quarta-feira:
10h (competição)
11h (iniciação)
sexta-feira:
9h15 (iniciação)
10h (competição)

Piscina Municipal de Paredes

Golfe

sexta-feira: 10h-10h45

Campo de Golfe
- Vila Cova de Carros

mais informações: gabinete.desporto@cm-paredes.pt

DJABETES® EM MOVIMENTO

Programa comunitário de exercício físico para pessoas com diabetes tipo 2

PAREDES

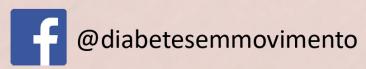
Pavilhão Multiusos de Paredes

2ªs, 4ªs e 6ªs 14.30h às 16.00h

Outubro 2025 a Junho 2026

É gratuito!

Informe-se com o seu Médico ou Enfermeiro



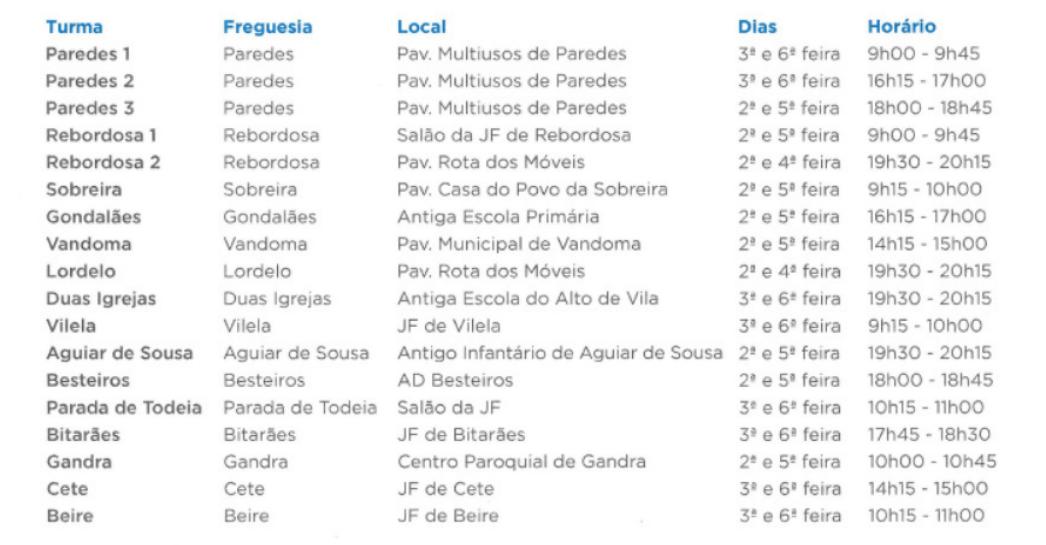








Programa Municipal 2025/26



Inscrições a partir do dia 15 de julho na respetiva Junta de Freguesia











+ VIDA ATIVA



FOOT BALL Output The second of the second

SEGUNDA 16h15 PAVILHÃO MULTIUSOS DE PAREDES

SEXTA 19h30 PAVILHÃO ROTA DOS MÓVEIS, LORDELO





quartas 16h15

pavilhão rota dos móveis, lordelo

pavilhão multiusos de paredes

