



23 — 28
JUNHO '25
acesso livre

**semana
desportiva
municipal**
Nelas, coração do Dão

**Parque S. Miguel
e Complexo Desportivo
Municipal**
NELAS

segunda, 23

16h00 — 17h00

Torneio de MiniBasket 3x3 (BCC) e Encontro a Hora do SuperQuinas (FPF/AFV) / AEC - Atividade Física e Desportiva

Público: Alunos do 1.º Ciclo dos Agrupamentos de Escolas de Nelas e Canas de Senhorim

quarta, 25

16h00 — 20h30

Insufláveis – Mega Escalada / Euro Jumper Carros a Pedais

16h00 — 17h00

Encontro A Hora do SuperQuinas (FPF/AFV) / AEC (Atividade Física e Desportiva)

Público: Alunos do 1.º Ciclo dos Agrupamentos de Escolas de Nelas e Canas de Senhorim

17h30 — 18h30

Ginástica de solo (JAZZBEL)

Pilates (CFIT)

18h00 — 19h00

Futsal Formação (ABC)

18h00 — 20h00

Ténis de Mesa (ADCL)

Karaté (UKSB)

18h15 — 19h00

Moviit (CFIT)

18h30 — 19h00

Atividade Física Sénior (US)

Futsal Formação (ABC)

19h00 — 20h30

Aikido (AAV)

Futebol Formação Sub10 (SLN)

Circuit Fit (Prostar)

quinta, 26

16h00 — 20h30

Insufláveis – Mega Escalada / Euro Jumper Carros a Pedais

16h00 — 17h00

Encontro A Hora do SuperQuinas (FPF/AFV) / AEC (Atividade Física e Desportiva)

Ténis (Dão Nelas Ténis)

Público: Alunos do 1.º Ciclo dos Agrupamentos de Escolas de Nelas e Canas de Senhorim

17h00 — 17h30

Ténis Adaptado (Dão Nelas Ténis Clube) orientado pelo atleta Adriano Santos com a participação do antigo atleta paralímpico e figura nacional do Ténis de Cadeira de Rodas (TCR), Mário Trindade.

17h30 — 18h30

Ballet Kids (JAZZBEL)

Andebol Formação (ABC)

18h00 — 20h00

Ténis de Mesa (ADCL)

18h00 — 20h30

Futebol Formação (SLNelas)

Local: Estádio Municipal de Nelas

18h30 — 19h30

Basquetebol (BCC)

Danças de Salão (JAZZBEL)

19h15 — 20h00

Rancho Folclórico (GDCR “Os Santarenses”)

19h30 — 20h30

Futebol Formação (GDR de Canas de Senhorim)

20h30

Jogo Amigável

Associação Social e Cultural dos Trabalhadores da CMNelas

sexta, 27

16h00 — 20h30

Insufláveis – Mega Escalada / Euro Jumper Carros a Pedais

16h00 — 17h00

Torneio de MiniBasket 3x3 (BCC) e Encontro a Hora do SuperQuinas (FPF/AFV) / AEC - Atividade Física e Desportiva

Público: Alunos do 1.º Ciclo dos Agrupamentos de Escolas de Nelas
e Canas de Senhorim

17h30 — 18h30

Apresentação 1.º Socorros e SBV com a Escola de Infantes e Cadetes (AHBV Nelas)

Ginástica de Solo (JAZZBEL)

18h00 — 19h00

Futsal Formação (ABC)

18h30 — 19h30

Danças Kizomba

Danças Capoeira

19h00 — 20h00

Slackline (SD)

19h00 — 20h30

Futebol Formação Sub7 (SLN)

sábado, 28

09h00 — 13h00

Insufláveis – Mega Escalada / Euro Jumper Carros a Pedais

09h30 — 10h30

Yoga (PROSTAR)

09h30 — 11h30

Futsal Petizes e Traquinas (ABC)

10h30 — 12h30

Karaté (UKSB)

15h00 — 18h00

Torneio de Natação “Prof. Afonso Saldanha”

Local: Piscinas Municipais de Nelas

19h00 — 21h00

Futebol Jogo Amigável

SCN e Veteranos vs CDR Moimenta da Beira

Local: Estádio Municipal de Nelas

ASSOCIAÇÕES/CLUBES DO CONCELHO PARTICIPANTES:

ABC Nelas

Associação Aikido de Viseu

Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Nelas

Associação S. C. T. CMNelas

CFit de Canas de Senhorim

Grupo Desportivo Recreativo Santarenses

Associação Desportiva Cultural Lapense

Dão Nelas Ténis Clube

GDR Canas de Senhorim

Jazzbel de Nelas

Prostar de Nelas

Sport Clube de Nelas e Veteranos

Sport Lisboa e Nelas

Basket Clube de Canas de Senhorim

UKSB- União de Karaté Shotokan das Beiras

Universidade Sénior

CONVIDADOS:

Mário Trindade (ATV)

Mariana Costa (AFV)

Dulce e Fidel (Kizomba)

Wilbert e Rowoaldo (Capoeira)

CDR Moimenta da Beira

