

Várzea de Loures

17 setembro | 20:00

**Parque Adão Barata
Loures**



Os meses de verão, por serem em geral muito quentes, levantam problemas à realização de percursos pedestres diurnos. É desagradável caminhar com temperaturas superiores a 30 graus, a que acrescem os riscos de insolação e mesmo de desidratação.

As caminhadas noturnas, nesta altura do ano, são uma excelente opção porque nos permitem realizar exercício com temperaturas amenas e ainda usufruir de toda a envolvimento da noite, quer com alguma luminosidade, quer com escuridão quase absoluta. A observação do céu, quer a olho nu, quer com telescópio, também pode ser uma prática interessante para realizar à noite, ainda que nas zonas perto das grandes cidades, pelo excesso de iluminação artificial, essa observação seja prejudicada.

O ponto de encontro dos participantes será pelas 20h00 no Parque Adão Barata, em Loures, junto à Galeria Vieira da Silva.

O percurso, de cariz circular, vai atravessar a Várzea de Loures com destino a Santo Antão do Tojal, o regresso está previsto pelas 23h00.

Hora de encontro | 20:00

Local | Loures | Parque Adão Barata

Meio | Rural e urbano

Distância | 12 km

Duração aproximada | 3h00

(chegada pelas 23:00)

Dificuldade | Média 

Coordenadas | 38°49'32.90"N 9°09'40.81"O



Inscrições gratuitas

Até 16 setembro 2016

dd@cm-loures.pt

211 151 176 / 211 151 157

Observações

- > Levar água e equipamento adequado/confortável
- > Tem seguro incluído

**DESPORTO
NATUREZA
CULTURA**

