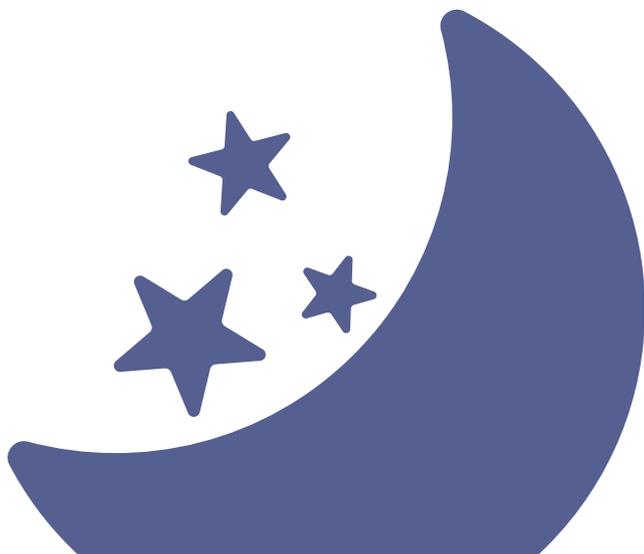


Percurso noturno

22 setembro | 20:00



Os meses de verão, por serem em geral muito quentes, levantam problemas à realização de percursos pedestres diurnos. 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 envolvência 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.

Nos arredores de Lisboa existem zonas que, pelas suas características morfológicas ou de proximidade do mar ou rio, possuem excelentes condições para este tipo de atividade, como é o caso de Loures, Sintra, Lisboa ou Almada.

Hora de encontro | 20:00

Local de encontro/chegada | Loures
Parque Adão Barata

Distância | 12 km | Percurso circular

Duração aproximada | 5h00

Percurso | Loures, Santo Antão do Tojal, Loures.

Dificuldade | Média



Inscrições gratuitas
Até 20 setembro 2018
dd@cm-loures.pt
211 151 176 / 211 151 157

Observações

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

**DESPORTO
NATUREZA
CULTURA**

