

# CLUBE VIDA ATIVA

POR UMA COMUNIDADE  
MAIS ATIVA, MAIS SAUDÁVEL  
E MAIS FELIZ

## Horários Programa Desporto Senior

Núcleo	Horário	Local
ARM Sacavém	GM - 3ª e 5ª feira - 8h45	Ginásio ARM Sacavem
ARPI SA TOJAL	GM - 2ªfeira - 17h00 GM - 3ª e 5ª feira - 18h00	Sede ARPI SA Tojal
AD Bobadense	GM - 3ª e 5ª feira - 10h15	Pavilhão AD Bobadense
AM Portela	GM - 2ª, 4ª e 6ª feira - 9h05	Pavilhão junto à escola e ao centro comercial
AMSAC	Zumba Senior - 2ª e 5ª feira - 14h30 Yoga - 4ª 10h15	Sede AMSAC
AMR Transcultural	GM - 2ª, 4ª e 6ª - 11h15	Sede AMR Transcultural
CP Bucelas	GM - 3ª e 5ª feira - 15h00	Sede Casa do Povo de Bucelas

GM - Ginástica de Manutenção

