

26 JUL » 19:15

Percurso Pedestre das Festas de Loures

Os meses de Verão, em geral muito quentes, levantam dificuldades à realização de percursos pedestres durante o dia. É de facto desagradável caminhar com temperaturas elevadas, crescendo os riscos de insolação e desidratação. Os percursos noturnos, nesta altura do ano, são uma excelente opção para realizar atividade física com temperaturas amenas e ainda usufruir de toda a envolvência da noite. A observação do céu também pode ser uma prática interessante, ainda que, perto das grandes cidades, pelo excesso de iluminação artificial, a observação seja prejudicada.

Percurso: Quinta da Fonte Santa, Quinta das Águas Férreas, Vale Nogueira, Montemor, Santo António dos Cavaleiros, Mealhada e Parque Adão Barata.

Data: sábado, 26 de julho
Hora de encontro: 19h15
Local: Parque Adão Barata, em frente ao Palácio dos Marqueses da Praia e Monforte | Loures
Meio: Rural e urbano
Distância: 15 Km (aprox.)
Duração Aproximada: 5 horas
Dificuldade: Média/Difícil
Coordenadas: 38°49'29.9"N 9°09'41.4"W

Como participar:

Inscrições limitadas às vagas existentes. Data limite até 23 de julho, junto da Divisão de Desporto da Câmara Municipal de Loures, através do formulário de inscrição [\[CLICAR AQUI\]](#).

Informações:

dd@cm-loures.pt ou pelo telefone 211 151 157.

Observações:

Levar lanterna ou frontal, água, reforço alimentar e calçado/equipamento adequado. Seguro incluído.