

# PROGRAMA

## ATIVIDADES

### Manhã

9h às 13h30m

- 09h00m** - Observação de aves com Guia (Agostinho Gomes)
- 09h30m** - Passeios de Jipe com a Empresa RiosulTravel e TransGuadiana (Necessita marcação para o telefone 281 531257) Capacidade 25 pessoas
- 10h00m** - Rastreios de Glicemia e Tensão Arterial com a Enfermeira Patricia Jerónimo
- 10h00m** - Feira de Produtos Tradicionais
- 10h00m** - Marcha Passeio dinamizada pelo jardim Funcional de Vila Real de Santo António (necessita inscrição)
- 10h30m** - Tiro com Arco
- 12h30m** - Sessão de Abertura no Auditório do CI da RNSCMVRSA
- 12h45m** - Palestra subordinada ao tema “Como alcançar os desafios do séc. XXI com sucesso” (Manuel Manero- Autor do Livro Pensar fora da Caixa”

### Tarde

13h30m às 19h

- 13h30m** - Almoço livre (O Centro de Cultura e Desporto do Pessoal da Câmara Municipal de Castro Marim, tem a seu cargo varias opções de refeição no local)
  - 15h00m** - Jogos lúdicos com o Grupo de Escoteiros nº 60 e o Agrupamento 1370 de Vila Real Santo António.
  - 15h15m** - Várias coreografias com as Escolas de dança ABC, Arutla e Conservatório Regional de VRSA
  - 15h15m** - Yoga com Associação Flamingo Chique
  - 16h30m** - Yoga Kundalini com Daniela Vaz
  - 17h00m** - Zumba com a Instrutora Márcia Hou
  - 18h00m** - Concerto de Encerramento “CooKie Monsters”
- Sorteio da viagem de Gericopetro, durante o Concerto: Oferta da Skyexpedition”

Todas as atividades são livres e podem ocorrer mais que uma atividade em simultâneo.  
Município de Vila Real António disponibiliza transporte VRSA/RNSCMVRSA/VRSA  
( necessita marcação)