

Feirinha da Saúde e do Desporto

CUBA

largo Conde da Esperança

10.11.12 Abril 2015

INFORMAÇÕES:
Câmara Municipal de Cuba
Telefone: 284 419 900
Fax: 284 415 137
geral@cm-cuba.pt

Organização: CUBA MUNICÍPIO

Sexta - Feira 10 Abril

14.00h
- ▶ **Dia Concelhio do atletismo**
- ▶ **Kid's Athletics**
- ▶ **Rastreios:**
  Glicémia | Obesidade
  Tensão Arterial

15.30h
- ▶ **Projecção de filme:**
  A importância da dádiva de Sangue
  Enf.ª Francisco Reis

16.00h
- ▶ **Entrega de Prémios:**
  Dia concelhio do Atletismo

18.00h
- ▶ **Formação Kid's Athletic**
  Federação portuguesa de Atletismo

21.00h
- ▶ **Colóquio (no recinto da feira)**
  "Exercício físico fator fundamental da Saúde "
  - *João Leal-ESE - Politécnico de Beja*
  - *Filipe Matias - Ex concorrente do programa Peso pesado*
  - *Mário Alpiarça - Responsável pelo Desporto Escolar Nacional*
  - *Célia Francisco - Psicóloga do programa Peso pesado*
  - *Verónica Túbal - Nutricionista da ULSBA*
  - *Maribela Gavião - Enf.ª Interlocutora da Saúde Escolar ULSBA*

Sábado 11 Abril

10.00h
- ▶ **Rastreios:**
  Glicémia | Obesidade | Tensão Arterial

10.30h
- ▶ **Vólei / Gira Vólei**

11.00h
- ▶ **Demonstração de Karaté**

14.00h
- ▶ **13º Grande prémio de atletismo Dr. Carlos Gradiz**

15.30h
- ▶ **Workshop**
  Sabonetes de mel (Artesanato a Colmeia)

16.00h
- ▶ **Aula de Spinning**
  Ginásio B'LIVE

18.00h
- ▶ **Entrega de prémios**

21.00h
- ▶ **Colóquio:**
  "Futebol" Da formação à competição
  - *Paulo Leitão - Coordenador da Formação do (SCP)*
  - *Óscar Tojo (EX. Treinador Adjunto do Santos Laguna)*
  - *Gonçalo Moreira - Nutricionista da ULSBA*
  - *Silveira Ramos - Director Técnico da FPF*
  - *António Simões - Ex-Jogador do Benfica*
  - *Alexandre Real - Comentador da TSF*

Domingo 12 Abril

10.00h
- ▶ **BTT** (Clube Aventura/Bombeiros)

10.00h
- ▶ **Caminhada**
  "Pelo desporto e pela saúde"

10.30h
- ▶ **Kid's Athletics**

12.00h
- ▶ **Aula de Aeróbica**

13.00h
- ▶ **Showcooking**
  Alimentação Saudável