

ACADEMIA DA SAÚDE

+ Saúde todos os dias

ONLINE



Academia da Saúde Cascais



PROGRAMA DE 18 A 24 | MAIO 2020

18

11h00

Vamos falar sobre

Hipertensão Arterial

* Fundação Portuguesa de Cardiologia

19

10h00

Move-te

Zumba

* Prevenir

20h30

Move-te

Aula de Ginástica

* Associação David Correia

20

09h00

Garfada de Saber

* Câmara Municipal de Cascais

21h00

Reiki em Casa

* INME

21

17h00

Move-te

Nirvana Fitness

* Prevenir

20h30

Move-te

Aula de Ginástica

* Associação David Correia

22

10h30

Move-te com

Jazzy Dance Studios

21h00

Reiki em Casa

* INME

23

10h00

Surpresa à Mesa

* Vitamimos

15h00

Cultiva-te

Sugestões Culturais

24

10h30

Mindfulness

* Câmara Municipal de Cascais

16h00

Consultório de

Segurança Infantil

* Associação para a Promoção da segurança infantil