

PROGRAMA

#BEACTIVE

Semana Europeia do Desporto

22-29
SET
2018



22 SET //SÁBADO

EVENTOS DESPORTIVOS

10:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal
/ RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

14:00 – Prova Águas Abertas José Freitas

Associação Natação Lisboa

Caís das Colunas

20:00 – Subida à Glória

Federação Portuguesa de Ciclismo / Podium

Calçada da Glória (partida Praça dos Restauradores)

LISBOA VAI AO PARQUE

10:00/12:30 – Jogos Tradicionais . Zumba . Karaté

Badminton . Xadrez . Mini Futebol . Corfebol

Todas idades

Junta Freguesia dos Olivais

Alameda da Encarnação e Jardim da Igreja (Olivais)

10:00/12:30 – Jogos Tradicionais . Badminton

Ténis . Xadrez . Mini Futebol . Corfebol

Todas as idades

Junta Freguesia Parque das Nações

Jardim das Musas (Parque da Nações)

15:30/18:30 – Jogos Tradicionais | Badminton

Xadrez | Mini Futebol | Corfebol

Todas as idades

Câmara Municipal Lisboa

Jardim do Campo Grande (Alvalade)

OPEN WEEK

dia em família

09:00/10:00 – Corrida (10km) e Caminhada (5km)

09:00/10:00 – 1 Hora a Nadar

10:00/10:45 – SwimFit

10:00/10:45 – Zumba

10:00/12:00 – Escalada

11:00/12:00 – MegaHidro

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

18:00 – Mega Aula de Ioga

Adultos

Junta Freguesia de Benfica

Palácio Baldaia (Benfica)

23 SET //DOMINGO

EVENTOS DESPORTIVOS

10:00/18:00 – Maratona de Bike

Associação de Empresas de Ginásios e Academias
de Portugal

Padrão dos Descobrimentos

10:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal
/ RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

10:00 – Global Energy Race 2018 / 5ª Corrida

Caminhada e Marcha da Paz

Associação de Deficientes das Forças Armadas /
Xistarca

Avenida da Liberdade (partida) | Torre Belém (chegada)

16:30/24:00 – Socca World Cup Lisboa 2018

(Mundial Futebol 6)

20:15 – Portugal vs Grécia

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

LISBOA VAI AO PARQUE

10:00/17:30 – Atividades lúdica desportivas

Todas as idades

Junta Freguesia São Domingos Benfica

Parque Bensaúde (São Domingos Benfica)

OPEN WEEK

07:15/21:30 – Semana aulas abertas

>16 anos

Lisboa Ginásio Clube

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Consulte: www.lgc.pt

16:00 – Futsal (aula aberta)

4-16 anos

Associação para o Desenvolvimento do Desporto

Jovem (ADDJ)

Quinta das Conchas (Lumiar)

24 SET //SEGUNDA-FEIRA

EVENTOS DESPORTIVOS

11:00/24:00 – Socca World Cup Lisboa 2018

(Mundial Futebol 6)

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

15:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal
/ RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

OPEN WEEK

Dia da Dança e Rocódromo

18:30 – Mega Zumba

18:30/22:00 – Rocódromo

Actividades da instalação

08:00/08:50 – Yoga

08:45/09:30 – Aquafitness

09:30/10:15 – 10:15/11:00 – 11:00/11:30 – 13:15/14:00

Hidroginástica

10:00/12:00 – SéniorFit

12:30/13:15 – FitnessWork

12:30/13:15 – SwimFit

13:15 14:00 – Zumba

14:00/16:00 – SéniorFit

14:30/15:15 – 16:00/16:45 – 16:45/17:30 – 20:00/20:45

Hidroginástica

15:15/16:30 – 18:30/19:15 – Aquafitness

18:00/18:50 – Zumba

19:00/19:50 – 19:50/20:30 – Karaté

19:15/20:00 – SwimFit

22:00 – Futsal

17-19 anos - Treinos abertos para escalões de formação

União Desportiva Corvos XXI

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

19:00/20:00 – Yoga

>14 anos

Confederação Portuguesa do Yoga

20:30/22:00 – Zumba

>14 anos

Associação de Moradores do Bairro da Cruz Vermelha
do Lumiar

Pista de Atletismo Municipal Professor Moniz Pereira (Lumiar)

07:15/21:30 – Semana aulas abertas

>16 anos

Lisboa Ginásio Clube

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Consulte: www.lgc.pt

25 SET //TERÇA-FEIRA

EVENTOS DESPORTIVOS

13:00 / 24:00 – Socca World Cup Lisboa 2018

(Mundial Futebol 6)

21:00 – Portugal vs Turquia

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

15:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Fed. de Campismo e Montanhismo de Portugal /RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

OPEN WEEK

Dia das Actividades Aquáticas

08:00/09:00 – 12:30/13:30 – 19:00/20:00

1 Hora a Nadar

09:00/09:45 – 13:30/14:15 – 18:15/19:00

Salvamento Aquático

Actividades da instalação

08:00/08:50 – Fitness Work

08:00/08:45 – Aquafitness

08:45/09:30 – 09:30/10:15 – 10:15/11:00 – 11:00/11:30

13:15/14:00 – Hidroginástica

10:00/12:00 – SéniorFit

13:00/14:00 – Yoga

14:00/16:00 – SéniorFit

14:30/15:15 – 15:15/16:00 – 16:45/17:30 – 18:30/ 19:15

Hidroginástica

PROGRAMA

#BEACTIVE
Semana Europeia do Desporto

22-29
SET
2018



16:00/16:45 – 19:15/20:00 – 20:00/20:45 – Aquafitness

19:00/19:50 – Yoga

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

18:00/19:30 – Karaté

5-13 anos

Núcleo Karaté Shotokan de Lisboa

20:30/22:00 – Capoeira

>14 anos

Associação de Moradores do Bairro da Cruz Vermelha do Lumiar

Pista de Atletismo Municipal Professor Moniz Pereira (Lumiar)

07:15/21:30 – Semana aulas abertas

>16 anos

Lisboa Ginásio Clube

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Consulte: www.lgc.pt

19:00 – Ginástica

>50 anos

Clube Atletismo Amigos de Belém

Sociedade Musical Instrução Libertada (Belém)

10:00 – Beactive integração

3ª idade e deficientes

Labor – Cooperativa de Solidariedade Social

Go Fit (Olivais)

26 SET //QUARTA-FEIRA

EVENTOS DESPORTIVOS

12:00/24:00 – Socca World Cup Lisboa 2018 (Mundial Futebol 6)

21:00 – Portugal vs Paraguai

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

15:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal /RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

OPEN WEEK

Dia do Desporto Adaptado

09:30/13:00 – Boxe

Associação Jorge Pina

09:30/13:00 – Atividades do Meio Aquático

Associação Paralisia Cerebral Lisboa . Associação de

Actividade Motora Adaptada . CERCI

Actividades da instalação

08:00/08:50 – Yoga

08:45/09:30 – Aquafitness

09:30/10:15 – 10:15/11:00 – 11:00/11:30 – 13:15/ 14:00

Hidroginástica

10:00/12:00 – SéniorFit

12:30/13:15 – FitnessWork

12:30/13:15 – SwimFit

13:15/14:00 – Zumba

14:00/16:00 – SéniorFit

14:30/15:15 – 16:00/16:45 – 16:45/17:30 – 20:00/20:45

Hidroginástica

15:15/16:30 – 18:30/19:15 – Aquafitness

18:00/18:50 – Zumba

19:00/19:50 – 19:50/20:30 – Karaté

19:15/20:00 – SwimFit

22:00 – Futsal

17-19 anos - Treinos abertos para escalões de formação

União Desportiva Corvos XXI

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

16:00/17:30 – Jiu Jitsu

>14 anos

Associação Desportiva e Cultural Yougzillion

16:00 – Judo Paralímpico / adaptado

6-35 anos

Clube Judo Total

18:30/20:30 – Tang Soo Do

>14 anos

Associação Portuguesa de Yoga, Danças e Artes

Pista de Atletismo Municipal Professor Moniz Pereira (Lumiar)

07:15/21:30 – Semana aulas abertas

>16 anos

Lisboa Ginásio Clube

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Consulte: www.lgc.pt

10:00 – Yoga adaptado

Labor – Cooperativa de Solidariedade Social

Centro Infantil dos Olivais Sul (Olivais)

18:30 – Futebol de Rua

>15 anos

Associação O Companheiro

Ringue António Livramento (Benfica)

18:30 – Mega Aula de Zumba

Adultos

Complexo Desportivo da Junta Freguesia de Benfica

(Benfica)

Junta Freguesia de Benfica

18:45 – Clube Corrida e Caminhada

Adultos

Junta Freguesia de Benfica

Sede da Junta Freguesia de Benfica - Partida (Benfica)

27 SET //QUINTA-FEIRA

EVENTOS DESPORTIVOS

11:00/24:00 –Socca World Cup Lisboa 2018 (Mundial Futebol 6)

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

15:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal

/ RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

OPEN WEEK

Dia dos Desportos de Combate

17:00 / 18:00 – Karaté

Martial Art Factory

18:00 / 19:00 – Boxe

Associação Jorge Pina

18:30 / 19:30 – Kendo

Clube Kendo Lisboa

19:00 / 20:00 – Jiu Jitsu

Federação Portuguesa Jiu Jitsu Brasileiro

19:30 / 20:30 – Capoeira

Associação Beija Flor

Actividades da instalação

08:00/08:50 – Fitness Work

08:00/08:45 – Aquafitness

08:45/09:30 – 09:30/10:15 – 10:15/11:00 – 11:00/11:30

13:15/14:00 – Hidroginástica

10:00/12:00 – SéniorFit

13:00/14:00 – Yoga

14:00/16:00 – SéniorFit

14:30/15:15 – 15:15/16:00 – 16:45/17:30 – 18:30/19:15

Hidroginástica

16:00/16:45 – 19:15/20:00 – 20:00/20:45

Aquafitness

19:00/19:50 – Yoga

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

18:00 / 20:30 – Judo

5-13 anos

Judo Clube de Lisboa

20:30 / 22:00 – Capoeira

>14 anos

Associação de Moradores do Bairro da Cruz Vermelha

do Lumiar

Pista de Atletismo Municipal Professor Moniz Pereira (Lumiar)

07:15/21:30 – Semana aulas abertas

>16 anos

Lisboa Ginásio Clube

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Consulte: www.lgc.pt

09:30 – Taji Baillong Ball

Todas as idades

EVELX – Associação de Estilos de Vida Saudável

Pavilhão do Grupo Recreativo e Cultural Onze Unidos (Beato)

18:00 – Atletismo (aula / treino)

6-12 anos

EVELX – Associação de Estilos de Vida Saudável

Polidesportivo da Mata de Madre Deus (Beato)

19:30 – Corrida (treinos)

Todas as idades

Correr Lisboa

Parque das Nações – Torre Vasco da Gama (Parque das Nações)

PROGRAMA

#BEACTIVE
Semana Europeia do Desporto

22-29
SET
2018



28 SET //SEXTA-FEIRA

EVENTOS DESPORTIVOS

09:00 / 24:00 – Socca World Cup Lisboa 2018 (Mundial Futebol 6)

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

15:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal / RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

OPEN WEEK

Dia do Desporto Escolar

Escola Luis de Camões

09:00/13:00 – Natação . Voleibol . Ténis Mesa

Actividades da instalação

08:45/09:30 – Aquafitness

09:30/10:15 – 10:15/11:00 – 11:00/11:30 – 13:15/14:00

Hidroginástica

10:00/12:00 – SéniorFit

12:30/13:15 – FitnessWork

12:30/13:15 – SwimFit

14:00/16:00 – SéniorFit

14:30/15:15 – 16:00/16:45 – 16:45/ 7:30 – 20:00/20:45

Hidroginástica

15:15/16:30 – 18:30/19:15 – Aquafitness

19:15/20:00 – SwimFit

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

18:00 / 19:30 – Dança

5-13 anos

Associação de Moradores do Bairro da Cruz Vermelha do Lumiar

20:30 / 22:30 – Judo

>14 anos

Judo Clube de Lisboa

Pista de Atletismo Municipal Professor Moniz Pereira (Lumiar)

07:15/21:30 – Semana aulas abertas

>16 anos

Lisboa Ginásio Clube

Rua dos Anjos – 63 (Arroios)

Consulte: www.lgc.pt

20:00 – Futsal (treinos)

14-16 anos – Treinos abertos para escalões de formação

União Desportiva Corvos XXI

Pavilhão Desportivo da Junta Freguesia Avenidas Novas

20:30/22:30 – Open de Verão de partidas rápidas

Todos os escalões (sub8-sub20, seniores, >50 e >65 anos)

Torneio aberto com partidas em ritmo de jogo

3m+2s por jogador

Grupo de Xadrez Alekhine

Rua Alfredo Roque Gameiro – 32A (Avenidas Novas)

29 SET //SÁBADO

EVENTOS DESPORTIVOS

15:00/20:00 – Colorindo Lisboa nas Alturas

Escalada e Slide - Participação livre

Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal /RKESA

Alameda Dom Afonso Henriques

14:00 / 24:00 – Socca World Cup Lisboa 2018

(Mundial Futebol 6)

20:30 – Final

Associação Portuguesa de Minifootball

Terreiro do Paço

13:00 – Campeonato Nacional de Remo Yole

e Lisboa Classic Regatta

Associação Naval de Lisboa

Pista da Junqueira – Alcântara

Entre Museu MAAT e a Doca de Santo Amaro

Noite #BeActive

16:00/21:00 – Dança Lisboa

**Zumba . Dancehall . Afro House . Hip-Hop . Ku-
duro . Concerto**

Jazzy Dance Studios

16:00/21:00 – Atividades lúdicas e desportivas

**Basquetebol adaptado . Futebol . experimen-
tação de Boxe . Ciclismo . Jogos Tradicionais .**

Rapel . Tumbling e Trampolins

Associação Portuguesa para Deficientes . Associação

Portuguesa de Minifootball . Associação Jorge Pina .

Podium . Federação das Colectividades do Distrito de Lisboa . Federação de Campismo e Montanhismo Portugal. Lisboa Ginásio Clube

20:00 – Corrida #BeActive

Associação de Atletismo de Lisboa

Terreiro do Paço

LISBOA VAI AO PARQUE

09:00/12:30 – Jogos Tradicionais . Dança

Ginástica . Insufláveis . Bicicletas . Feira BD

Todas as idades

Junta Freguesia Alcântara

Jardim Avelar Brotero – Alto Santo Amaro (Alcântara)

10:00/12:30 – Jogos Tradicionais . Badminton

Ténis Xadrez . Mini Futebol . Corfebol

Todas as idades

Jardim das Musas (Parque da Nações)

Junta Freguesia Parque das Nações

15:30/18:30 – Futsal . Zumba . Bicicleta . Jogos

Tradicionais . Yoga . Shorinjikempo . Hip-Hop

Kids . Pétanca . Taiji Baillong Ball . Tiro Arco .

Kids Athletics . Ténis . Técnicas Escutistas

Todas as idades

Junta Freguesia Beato

Parque da Madre Deus (Beato)

15:30/18:30 – Jogos Tradicionais | Badminton

Xadrez | Mini Futebol | Corfebol

Todas as idades

Câmara Municipal Lisboa

Jardim do Campo Grande (Alvalade)

OPEN WEEK

09:00/12:00 – Passeio de Bicicleta

Grupo Recreativo Janz e Associados

Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Areeiro)

10:30/12:00 – Jiu Jitsu

5-13 anos

Associação Desportiva e Cultural Youngzilion

12:00/13:30 – Aikido

Associação das Artes de Budo “Dojo da Luz”

>14 anos

Todas as idades

Pista de Atletismo Municipal Professor Moniz Pereira (Lumiar)

09:30 – Ciclismo

5-13 anos

Obrigatório: capacete e luvas

Coelhinhos - Escola Clube de Ciclismo de Lisboa

Mata de Alvalade (Alvalade)

09:30 – Clube Corrida e Caminhada

Adultos

Junta Freguesia de Benfica

Sede da Junta Freguesia de Benfica - Partida (Benfica)

10:00 – Open Day de Rugby

6-14 anos - Treino de iniciação

Clube de Rugby do Técnico

Av. Engenheiro Arantes Oliveira – 8 (Areeiro)

10:00 – Andebol (iniciação)

7-13 anos

Clube Desportivo Escolar Camões

Pavilhão Moniz Pereira (Arroios)

10:00 – Atletismo

Todas as idades

Ingleses Futebol Clube

Jardim da Alameda Encarnação (Olivais)

10:00/15:00 – Dia do Animal – Cãominhada

11:00/16:00 – Dia do Animal – Orientação

Junta Freguesia Arroios

Campo Mártires da Pátria (Arroios)

15:00 – Setear (ou atirar setas)

Todas as idades

Grupo Excursionista Os Económicos

Rua da Beneficência – 115 (Avenidas Novas)

16:00 – Karaté (aula aberta)

4-16 anos

Associação para o Desenvolvimento do Desporto Jovem

(ADDJ)

Quinta das Conchas (Lumiar)

