

PROGRAMA

JARDINS DO PALÁCIO DE CRISTAL

7, 14, 21 e 28 julho

4, 11, 18 e 25 agosto

1, 8, 15, 22 e 29 setembro

09h00 • Pilates: Cláudia Marques

10h00 • Yoga: Alexandra Pereira

11h00 • Taichi: Sérgio Terramoto

.....

PARQUE DA CIDADE DO PORTO

1, 8, 15, 22 e 29 julho

5, 12, 19 e 26 agosto

2, 9, 16, 23 e 30 setembro

10h00 • Yoga: Método DeRose

11h30 • Taichi: Sérgio Terramoto

.....

PARQUE DE S. ROQUE

14 julho

10h00 • Yoga: Solinca

—

28 julho, 11 e 25 agosto, 7 e 22 setembro

11h00 • Lujong - Yoga Tibetano: Vânia Sousa

—

1 setembro

10h00 • Pilates: Solinca

.....

PARQUE DA PASTELEIRA

21 julho

10h00 • Pilates: Solinca

—

18 agosto

10h00 • S-Funcional: Solinca

—

8 setembro

10h00 • Body Balance: Solinca

.....

AV. D. CARLOS I

(jardim em frente à Barra do Porto)

28 julho

10h00 • Body Balance: Solinca

—

15 setembro

10h00 • Pilates: Solinca

PRAÇA D. JOÃO I

14 e 21 julho

8 e 15 setembro

10h00 • Orientação: GD 4 Caminhos

—

11 agosto

10h00 • Pilates: Solinca

.....

JARDIM DE ARCA D'ÁGUA

5 e 19 agosto

2, 16 e 30 setembro

09h00 • Pilates: CD Nun'Álvares

10h00 • Yoga: CD Nun'Álvares

11h00 • Capoeira: CD Nun'Álvares

—

29 julho

12 e 26 agosto

9, 23 setembro

09h00 • Pilates: CD Nun'Álvares

10h00 • Yoga: CD Nun'Álvares

11h00 • Atividade Fitness: CD Nun'Álvares

.....

PARQUE ORIENTAL DO PORTO

25 agosto

10h00 • Yoga: Solinca

—

29 setembro

10h00 • S-Funcional: Solinca

.....

EDIFÍCIO TRANSPARENTE

4 agosto

10h00 • Yoga: Solinca

—

22 setembro

10h00 • Taichi: Solinca

.....

QUINTA DO COVELO

4, 11, 18 e 25 agosto

10h30 • Pilates: Vivafit