

NOTA À IMPRENSA

Aula de Pilates e caminhada nocturna

No âmbito do programa "Sines mais activo", a Câmara Municipal de Sines promove duas actividades desportivas para toda a população do concelho, tendo como objectivo fomentar a prática desportiva.

No dia 16 de Junho, pelas 19h00, tem lugar uma aula de Pilates no relvado junto à APS. A aula é livre e não precisa de inscrição, mas os participantes devem trazer consigo uma toalha. O Pilates é um programa de treino físico e mental que considera o corpo e a mente como uma só unidade, combinando exercícios de alongamento com exercícios de fortalecimento e equilíbrio.

No dia 18 de Junho, decorre uma caminhada nocturna de 10 km pela cidade de Sines, com concentração no Pavilhão Municipal dos Desportos pelas 20h30. As inscrições para esta actividade podem ser feitas no Pavilhão Municipal dos Desportos ou na Piscina Municipal de Sines Carlos Manafaia.

Para mais informações contacte o Serviço de Desporto da autarquia, pelo telefone 269630698 ou directamente no Pavilhão Municipal dos Desportos.

SIDI/PR /2010-06-15

Para solicitar mais informações sobre as notícias da nota use o email sidi@mun-sines.pt ou o telefone 269 630 665 (Serviço de Informação, Divulgação e Imagem).