

Aulas de desporto gratuitas em Alcobaça

written by O Cidadão | 15 de Maio, 2025



A partir de 25 de maio, o Município de Alcobaça dá início a um ciclo de aulas de condição física no Parque Verde, acessíveis gratuitamente a toda a comunidade local. A iniciativa insere-se numa estratégia municipal de promoção da saúde, bem-estar e convívio social através da prática desportiva regular.

As sessões decorrerão sempre aos domingos, com início às 10:00 e uma duração de 60 minutos. Não é necessário qualquer tipo de inscrição prévia, bastando que os participantes compareçam com roupa e calçado adequados à prática de exercício físico.



Direitos reservados.

O projeto procura atingir **dois objetivos principais**: a melhoria da qualidade de vida dos munícipes e o fortalecimento da coesão comunitária.

“Pretendemos que estas atividades tenham um impacto significativo na saúde e bem-estar dos nossos munícipes. Em paralelo, estamos a reforçar a identidade da nossa cidade como um espaço de bem-estar e socialização. Esta iniciativa será seguramente um grande sucesso junto dos munícipes e das suas famílias.”, afirmou **Hermínio Rodrigues**, Presidente da Câmara Municipal de Alcobaça.

A autarquia apela à participação de todas as faixas etárias,

promovendo um ambiente inclusivo e informal onde a prática de exercício se alia à socialização e ao aproveitamento do espaço público.

Com este programa, o município espera também **reforçar a utilização regular do Parque Verde como ponto de encontro para atividades saudáveis**, contribuindo para hábitos de vida mais ativos.

OC/FC