

O Centro Municipal de Marcha e Corrida do Entroncamento - CMMC, inicia no dia 18 de setembro a época 2017/2018. Localizado no Pavilhão Desportivo Municipal, o CMMC funciona às segundas, quartas e sextas-feiras. Além das caminhadas e corridas constituídas por percursos variados, com graus de dificuldade diferentes, os participantes têm à sua disposição aulas de ginástica de manutenção e treino funcional, sempre com acompanhamento técnico especializado.

Programa:

Segundas-feiras e sextas-feiras:

18h00 | Controlo da condição física

18h30 | Caminhada e corrida

19h30 | Treino funcional/ginástica de manutenção

Quartas-feiras:

20h30 | Entroncamento Night Runner's

Para participar, os interessados devem efetuar a respetiva inscrição no Pavilhão Desportivo Municipal, ou online no endereço: www.marchaecorrida.pt

[Cartaz](#)