

O Centro Municipal de Marcha e Corrida do Entroncamento - CMMC, iniciou no dia 18 de setembro a época 2017/2018.

Localizado no Pavilhão Desportivo Municipal, o CMMC funciona de segunda a sexta-feira. 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:

segunda-feira

18h00 | Controlo da condição física

18h30 | Caminhada e corrida

19h30 | Treino funcional/ginástica de manutenção

terça-feira

9h15m - 10h15m | Corrida

quarta-feira

20h30 | Entroncamento Night Runner's

quinta-feira

9h15m - 10h15m | Corrida

Sexta-feira

18h00 | Controlo da condição física

18h30 | Caminhada e corrida

19h30 | Treino funcional/ginástica de manutenção

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

[Cartaz](#)