

2º ANIVERSÁRIO

25 - 31 DE MAIO



[FACEBOOK.COM/CMCODIVELAS/](https://www.facebook.com/cmcodivelas/)

SEG	21H30	Covid - o medo do regresso aos treinos Jorge Boim High Performance Coach	
TER	19H00 21H30	Comemorações do 2º Aniversário O regresso à normalidade competitiva Prof. Jorge Vieira Fed. Portuguesa de Atletismo Paulo César Vereador Câmara Municipal Odivelas Dr André Souto Hospital Garcia da Orta Samuel Valério WeRun	
QUA	21H30	Des-Complicar a Nutrição Filipa Vicente Nutricionista	
QUI	21H30	Trail: Equipamento dos pés à cabeça Ricardo Sá 4run.pt	
SEX	21H30	Emergência em contexto de treinos e competições. O que fazer? Olga Marques Drª em Ciências do Desporto	
SÁB	21H30	Corrida: outras vertentes, outras opções Tiago Romão Samuel Castela Romeu Gouveia João Mascarenhas Manuel Barroso Carolina Manguinhas	
DOM	8H00 - 12H00	<div style="text-align: center;">  <p>KILÓMETROS VIRTUAIS</p> <p>DESAFIO DESPORTIVO VIRTUAL</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>31 DE MAIO</p> <p>A CORRER, A NADAR, A FAZER REFORÇO MUSCULAR, ALONGAMENTOS, JUNTA-TE A NÓS NESTE EVENTO SOLIDÁRIO, PARA APOIAR OS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE ODIVELAS</p>   </div> <p>https://www.kilometrosvirtuais.pt</p>	

"PORTI, POR NÓS, PELOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE ODIVELAS.
AJUDA-NOS A AJUDAR QUEM NOS PROTEGE"