

# Programa

**9h00** - Abertura do Check-in no CSA

**9h30** - Concentração dos participantes;  
- Aquecimento;  
- Início da caminhada.

**12h00** - Chegada/regresso ao CSA

**12h30** – Almoço convívio com caldo verde, porco no espeto, sobremesas variadas e bebidas.

**13h30** – Parabéns ao CSA

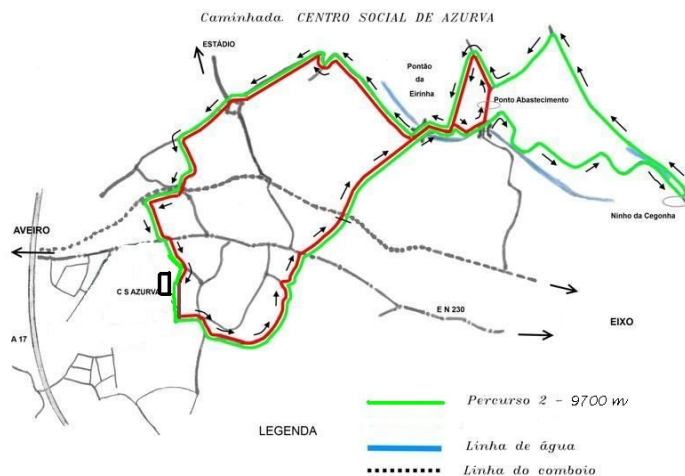
**14h00** – Tarde de animação com a participação das crianças do CSA

**15h30** – Mega aula de “**Street Zumba**” com o convidado especial **Marco Aurélio Neves**.

Durante todo o dia... **INSUFLÁVEIS** para os mais novos!

# 3ª Caminhada Solidária

A caminhada solidária tem 2 percursos:



- 3Km – destinado em especial a crianças e seniores;
- 10Km – destinado aos participantes em geral;

A caminhada decorrerá em terreno plano, com uma agradável paisagem natural, pontuada de sombras frondosas, linhas de água, podendo observar-se várias espécies animais, incluindo cegonhas.

**Custo mínimo da caminhada: 3€**

(inclui oferta de t-shirt alusiva ao evento, bem como fruta e água para os participantes)

Contamos com a sua participação! Traga um amigo!

## Ficha de Inscrição

3ª Caminhada Solidária do CSA—28 de maio de 2016

**Percurso 1 (cerca 3 Km)**

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Anos Tamanho da t-shirt: \_\_\_\_\_  
Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Anos Tamanho da t-shirt: \_\_\_\_\_  
Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Anos Tamanho da t-shirt: \_\_\_\_\_

**Percurso 2 (cerca de 10 k m)**

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Anos Tamanho da t-shirt: \_\_\_\_\_  
Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Anos Tamanho da t-shirt: \_\_\_\_\_  
Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_ Anos Tamanho da t-shirt: \_\_\_\_\_

**Destacar e entregar na Secretaria até 23 de maio de 2016**

# 3ª Caminhada Solidária

Inscrições abertas a  
todas as pessoas da  
comunidade

Por questões de logística e para o sucesso do evento, solicitamos a sua inscrição até 23 de maio inclusive.

## Apoios



Escotismo para todos.



## Inscreva-se e participe!

Para os participantes que não pretendam fazer os 10km na sua totalidade, haverá uma paragem no local de abastecimento, ao Km3.

Neste local, aguardar-se-á pela chegada dos restantes participantes, num ambiente descontraído, pois a pausa será preenchida com atividades dinamizadas pelos Escoteiros do Grupo 249-Aveiro.

Venha passar um sábado  
diferente!

Caminhe com o CSA...

esta obra não pode parar!



centro social de azurva

Rua Prof. Celso Santos, nº 14, Azurva

3800-747 Aveiro

Telf: 234932638 / Fax: 234934887

Telm: 932349327

E-mail: [geral@centrosocialazurva.org](mailto:geral@centrosocialazurva.org)

[www.centrosocialazurva.org](http://www.centrosocialazurva.org)

<https://www.facebook.com/events/161692754214926/>

# 3ª Caminhada Solidária



centro social de azurva



## Comemoração do 35º Aniversário

1981-2016

28 de maio  
Sábado  
9h30