



COM **SAÚDE
E BEM ESTAR**

JULHO 2022

DIA 3

"AVÓS(Z) DO JUDO"

10h

DEMONSTRAÇÃO JUDO

15h

Clube de Judo da
Marinha Grande

DIA 16

YOGA DO RISO

Trazer toalha de praia
Leticia Andreia

10h30
16h

DIA 9

**BOARDGAMERS
DE LEIRIA**

Demonstração de
Jogos de Tabuleiro

10h

DIA 23

**MEDITAÇÃO
PARA CRIANÇAS**

10h

"O CORPO SENTE"

15h

Escola das Emoções

DIA 24

SAÚDE E PILATES

Trazer toalha de praia
Diana Sebastião

10h30
16h

DIA 30

**CUIDAR
DE QUEM CUIDA**

Associação Carlotazinha

10h
15h

DIA 31

**E QUE TAL
ADOTARES-ME?**

Divisão de Proteção e
Saúde Animal

10h
15h

**PRAIA DO
PEDROGÃO**

ESPAÇO VIVÓ VERÃO
COM SAÚDE



Município de
Leiria