

Dia Mundial do Coração

24 Setembro 2006 | Domingo
Praia de Sto. Amaro de Oeiras



World Heart Federation. Lois Greenfield

Fundação Portuguesa de Cardiologia

Tel: 21 381 50 00
fpcardio@mail.telepac.pt
www.diamundialdocoracao.com

Câmara Municipal de Oeiras

DASC - Divisão de Desporto/ Divisão de Assuntos Sociais
Tel: 21 440 85 40
raquel.marques@cm-oeiras.pt
www.cm-oeiras.pt

PARCEIROS:



PATROCINADORES NACIONAIS:

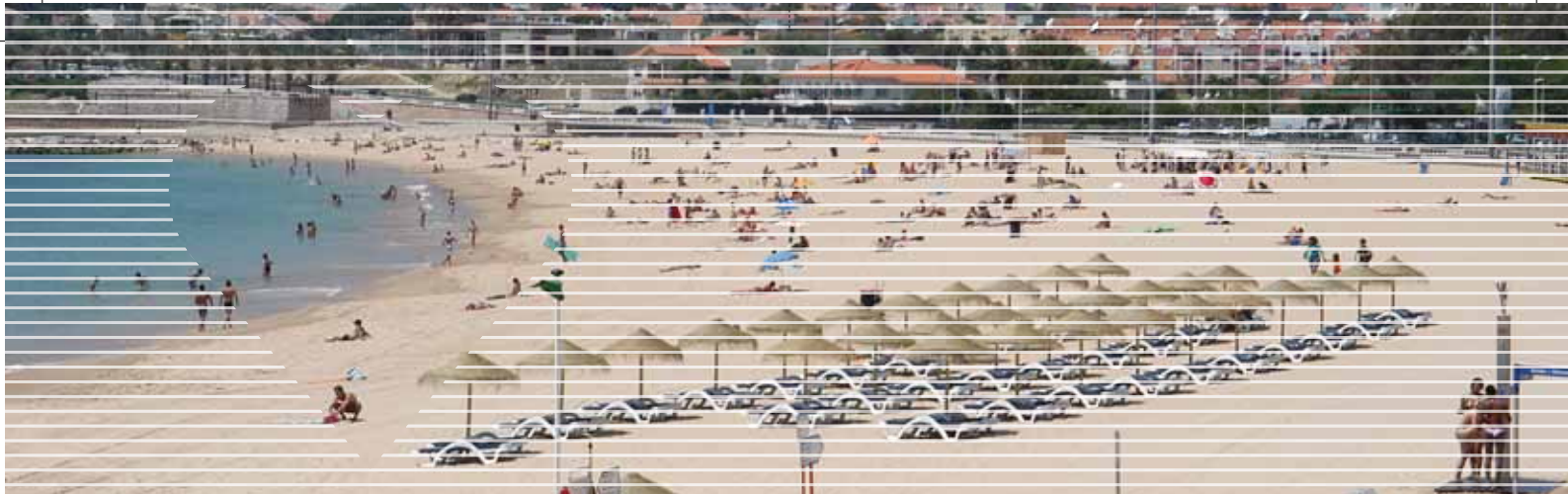


APOIOS:



**NÃO DEIXE ESTA BATIDA MORRER,
PONHA O CORPO A MEXER.**





Dia Mundial do Coração

Dia Mundial do Coração

O Dia Mundial do Coração é o acontecimento mais importante para todos aqueles que apoiam a Fundação Portuguesa de Cardiologia.

O seu objectivo é aumentar a consciência do público e promover medidas preventivas para reduzir a incidência da doença cardíaca e do AVC em todo o mundo. Um coração saudável é essencial para viver a vida em pleno, independentemente da idade e do sexo. Controlar o peso e manter uma forma física saudável ajudam a reduzir o risco de doença cardíaca e de AVC. É por isso que o Dia Mundial do Coração este ano se centra no lema **“Um coração para toda a vida”**.

No próximo dia 24 de Setembro (Domingo), junte-se a nós e descubra o prazer de uma vida saudável e sem stress. Temos várias actividades físicas e desportivas à sua escolha. No final, aceite um desafio e ajude-nos a formar um grande coração humano. **Contamos consigo.**

Programa

10.00h | 10.20h - Aquecimento

10.30h | 11.45h - Actividades na Praia e no Mar e Realização de Rastreios Cardiovasculares

11.45h - Formação do Coração Humano 

Actividades disponíveis

- Caminhada
- Cicloturismo
- Canoagem
- Vela
- Slide/Escalada
- Corfebol
- Voleibol
- Beach Tennis
- Hidroginástica
- RPM
- Judo
- Orientação
- Hóquei em Patins
- Andebol
- Futebol
- Skate
- Tai - Chi - Shuan
- Yoga