



Horários dos Treinos

DIA	MODALIDADE	LOCAL	HORÁRIO
Segunda-feira	Corrida	Beira Mar- Point RO2	5:50h às 7h 19h às 20h
Terça-feira	Circuito Força / Funcional Corrida	Beira Mar- Point RO2	5h50min às 7h30min
Quinta-feira	Corrida	Beira Mar - Point RO2	5h50min às 7h30min
Sábado	LONGÃO	À COMBINAR	5:50h às 8h