



**#BEACTIVE**  
**SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO**

Atividades  
gratuitas  
**Venha  
experimental!**

**SEMANA  
ABERTA**

**23 - 30 setembro**  
**GINÁSIO MUNICIPAL  
DE CONSTÂNCIA**

A promoção de uma Semana Aberta, com treinos livre e aulas de grupo (gratuitamente), no Ginásio Municipal de Constância é o evento com o qual o município de Constância assinala a Semana Europeia do Desporto - SED, que decorre de 23 a 30 de setembro.

Promovida pela Comissão Europeia a (SED) tem como objetivo promover o desporto e a atividade física em toda a Europa, e junto de todos os cidadãos. Tendo em consideração o atual contexto de pandemia em que vivemos, a SED irá, este ano, desenvolver novas atividades que contribuam para este desígnio. O principal tema da campanha continua a ser #BeActive, incentivando cada um a ser ativo durante a SED e a manter-se ativo durante todo o ano.

Contribuir de maneira significativa para a saúde, bem-estar e qualidade de vida dos cidadãos europeus, de forma a contrariar o aumento do tempo passado em comportamentos sedentários é um dos principais objetivos da organização do evento.

Conforme refere a entidade promotora da iniciativa (...) a Semana Europeia do Desporto visa promover a prática do desporto e da atividade física e sensibilizar todos os segmentos da

população para as numerosas vantagens dessa prática. A SED diz respeito a todos e é para todos, independentemente da idade, sexo, contexto social ou nível de aptidão física.

No que concerne às atividades a desenvolver no concelho de Constância, a participação nas mesmas tem inscrição obrigatória, pelo que os interessados deverão contactar a Secretaria do Parque Desportivo, através do número de telefone 249 739 627, ou do endereço de correio eletrónico [piscina@cm-constancia.pt](mailto:piscina@cm-constancia.pt).

