



esposende 2000



ESPOSENDE
câmara municipal



Esposende Ambiente



desporto outdoor
ESPOSENDE

E TU?
POR ONDE
VAIS ANDAR?

JANEIRO

28 CAMINHADA ESPOSENDE EM MOVIMENTO
**NATUREZA, PATRIMÓNIO E
DOÇARIA DE FÃO | 12 KM**

FEVEREIRO

25 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**À DESCOBERTA DE FORJÃES
| 14 KM**

MARÇO

24 - CAMINHADA
TRAIL DE ESPOSENDE

31 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"DA FOZ DO NEIVA À FOZ DO
CÁVADO"**

ABRIL

28 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"CÁVADO: O RIO QUE NOS
UNE" - CAMINHOS DE
S. BENTO**

1ª ETAPA - ESPOSENDE / BARCELOS - 20KM

MAIO

26 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"CÁVADO: O RIO QUE NOS
UNE" - CAMINHOS DE
S. BENTO**

2ª ETAPA - BARCELOS / BRAGA - 16KM

PLANO DE CAMINHADAS

2024

JUNHO

30 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"CÁVADO: O RIO QUE NOS
UNE" - CAMINHOS DE
S. BENTO**

3ª ETAPA - BRAGA / AMARES - 17KM

JULHO

30 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"CÁVADO: O RIO QUE NOS
UNE" - CAMINHOS DE
S. BENTO**

4ª ETAPA - AMARES / TERRAS DE BOURO - 20
KM

AGOSTO

24 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"ESPOSENDE AO LUAR"
(CAMINHADA NOTURNA)**

SETEMBRO

22 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"DE VIANA DO CASTELO A
ESPOSENDE - 24 KM**

OUTUBRO

27 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
**"DE ESPOSENDE À POVOA DE
VARZIM - 21 KM**

NOVEMBRO

24 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
"À DESCOBERTA DE VILA CHÃ

31 - CAMINHADA "HALLOWEEN"
- FORJÃES

DEZEMBRO

29 - CAMINHADA "ESPOSENDE EM MOVIMENTO"
"À DESCOBERTA DE APÚLIA"

**PROGRAMA DESPORTIVO DE
CAMINHADAS DE LAZER, COM
INTENSIDADE MODERADA,
REALIZADO SEMPRE NO ÚLTIMO
DOMINGO DE CADA MÊS.**