

Locais de Prática de Actividade Física Não Organizada

Localidade	Espaço	Observações	Contacto
Jamor	Pista de Corta Mato (Complexo Desportivo do Jamor)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grátis ▪ Pista com 2000 m 	21 419 72 12 21 414 60 30
	Circuito de Canoagem (Complexo Desportivo do Jamor)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grátis 	21 419 72 12 21 414 60 30
	Circuitos de manutenção (Complexo Desportivo do Jamor)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grátis ▪ 2 Circuitos com 1800 m 	21 419 72 12 21 414 60 30
	Piscina do Estádio Nacional (Complexo Desportivo do Jamor)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Piscina Olímpica (50 m) + piscina de saltos (25 m) ▪ Coberta e aquecida ▪ Com ou sem professor 	21 419 72 12 21 414 60 30
	Complexo de Ténis (Complexo Desportivo do Jamor)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Campos ao ar livre + campos cobertos + paredes de bate-bolas ▪ Com ou sem professor 	21 419 72 12 21 414 60 30
Oeiras	Passeio Marítimo de Oeiras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ 2 troços: Praia da Torre – Inatel; Praia de Santo Amaro 	
Lisboa (EXPO)	Parque das Nações	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Possibilidade de aluguer de bicicletas 	
Lisboa (Alvalade)	Parque de Jogos 1º de Maio (Inatel)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ circuito de manutenção, mini-golf, pista de atletismo, piscina, ginásio, campos ao ar livre 	21 845 34 70 21 847 31 93
Lisboa (Lumiar)	Circuito de Manutenção da Quinta das Conchas e Lilazes	<ul style="list-style-type: none"> ▪ grátis 	
Lisboa (Alto do Restelo)	Circuito de Manutenção do Parque Urbano dos Moinhos de Santana		
Lisboa (Av. Gago Coutinho)	Circuito de Manutenção do Parque de Alvalade	<ul style="list-style-type: none"> ▪ grátis ▪ caminhos pedonais 	
Lisboa	Estádio Universitário de Lisboa (Campo Grande)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ circuito de manutenção, pista de atletismo, piscina, ginásio, campos ao ar livre 	21 796 01 84 21 797 03 53
Lisboa	Parque Florestal de Monsanto	<ul style="list-style-type: none"> ▪ circuitos de manutenção, parques de merendas, campos ao ar livre, iniciativas interessantes que requerem marcação prévia, grátis ou pagas. Consultar site: www.cm-lisboa.pt/monsanto 	