



CENTRO DE CONVÍVIO DE COSTA CABRAL
ATIVIDADES FIXAS

AGOSTO 2026

ATIVIDADES	2.ª FEIRA	3.ª FEIRA	4.ª FEIRA	5.ª FEIRA	6.ª FEIRA
VIVAMAISSFitness 1	10H00 – 11H00				
Yoga de Relaxamento 1		14H30 – 15H30			
Pilates 1		15H30 – 16H30			
VIVAMAISSFitness 2			10H00 – 11H00		
Yoga de Relaxamento 2			14H30 – 15H30		
Pilates 2				14H30 – 15H30	

O Centro de Convívio dispõe das seguintes valências: biblioteca, sala de estar, sala de jogos, sala de TV, jogos de mesa, sala de informática com acesso à *internet*.

CENTRO DE CONVÍVIO COSTA CABRAL Rua de Costa Cabral, 1024 – 4200-213 Porto – Telefone: 225 059 591 / Telemóvel: 916 369 842 / 916 367 075
Email: centro.c.cabral@ssap.gov.pt