ermesinde
junta de
freguesia

www.jf-ermesinde.pt @JFErmesinde

Tamanho da T-shirt: ____

PASSO A PASSO

Ficha de Inscrição

Dados Pessoais

Nome: _____

CC/BI: _____ NIF: _____ Data de Nascimento: _____

Morada: _____

Código Postal: _____ Localidade: _____

E-mail: _____ Telefone: _____

Declaro que autorizo a produção e publicação de imagens fotográficas, bem como, a utilização dos meus contactos para posterior divulgação de atividades.
Sim ☐ Não ☐

Assinatura: _____

A preencher pela Junta da Freguesia de Ermesinde:

Entregue em: _____

Rececionado por: _____

Validado por: _____

Caução

Caução de **5.00€** com **oferta** de uma **t-shirt** para as caminhadas.
Valor reembolsado caso cada participante tenha participado em pelo menos **14 caminhadas** (levantamento a realizar durante o mês de outubro).

Informações Importantes

- Caminhar por Ermesinde | Todas as 5ª feiras 21h | Início: 01 junho - Fim: 28 setembro | Partida: Junta da Freguesia

- Aquecimento inicial | 18 Caminhadas com duração entre 1h /1h30 | Passagem por diferentes locais da nossa cidade | Paragem cultural na última semana de cada mês | Cartão de presença diária nas caminhadas que será carimbado no momento de chegada dos participantes | Trazer vestuário desportivo e água

Objetivos:
- enfatizar a importância e necessidade da realização de exercício físico de forma regular
- promover o convívio entre a comunidade da Freguesia
- dar a conhecer a nossa Cidade e a sua História