



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 **6.00€** com **oferta** de uma **t-shirt** para as caminhadas.  
Valor reembolsado caso cada participante tenha participado em pelo menos **13 caminhadas** (levantamento a realizar durante o mês de setembro).

### Informações Importantes

- Caminhar por Ermesinde | Todas as 5ª feiras 21h | Início: 04 junho - Fim: 10 setembro | Partida: Junta da Freguesia

- Aquecimento inicial | 15 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





**ermesinde**  
junta de  
freguesia

[www.jf-ermesinde.pt](http://www.jf-ermesinde.pt) f @JFErmesinde

# PASSO A PASSO

## Termo de Responsabilidade

Eu, \_\_\_\_\_  
portador/a do CC/BI nº \_\_\_\_\_, declaro que sou  
responsável por qualquer ato ou acidente que ocorra durante  
a minha participação na iniciativa “Ermesinde Passo a Passo  
2026”.

Ermesinde, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2026.

\_\_\_\_\_  
(assinatura)

