

No âmbito do projeto “Night Runners”, a Câmara Municipal do Entroncamento realiza todas as **quartas-feiras**, às **20h30m**, uma caminhada e corrida.

Com início junto ao Pavilhão Desportivo Municipal, a atividade é composta por duas modalidades que permite o participante optar pela caminhada ou pela corrida com um percurso entre 6 a 8 kms, sendo efetuado um percurso diferente, todas as semanas. A corrida/caminhada é finalizada com uma sessão de alongamentos, que permitem o relaxamento e uma recuperação mais cómoda dos músculos.

A participação é gratuita, não sendo necessário qualquer inscrição. Para participar, basta comparecer.

Com um número crescente de participantes, o projeto “Night Runners” desenvolvido pelo Centro Municipal de Marcha e Corrida do Entroncamento, utiliza essencialmente percursos urbanos, podendo ocasionalmente aventurar-se pela natureza do campo, quando os dias longos o permitem.

Este projeto tem a direção técnica da Câmara Municipal do Entroncamento e pontualmente alarga o seu âmbito a outras instituições e atividades.