

# Gabinetes

matosinhos  
sport

|                         | Aconselhamento<br>Nutricional              | Avaliação e Prescrição<br>de Exercício Físico                                     |
|-------------------------|--|---|
| <b>Piscina</b>          |  |   |
| Custóias                | ter • 17:00 - 20:00<br>qua • 10:00 - 13:00 | qua • 16:00 - 19:00<br>qui • 11:00 - 13:00<br>sex • 10:00 - 13:00 e 15:15 - 18:15 |
| Guifões                 | qui • 17:00 - 20:00<br>sex • 09:30 - 12:30 | ter • 10:30 - 12:30 e 16:00 - 20:00<br>qui • 09:00 - 14:00 e 16:00 - 17:00        |
| Leça<br>do Balio        | qua • 09:30 - 12:30<br>qui • 17:30 - 20:30 | qua • 17:00 - 20:00<br>sex • 09:30 - 12:30  |
| Matosinhos              | ter • 09:30 - 12:30<br>sex • 17:00 - 20:00 | seg e sex • 10:30 - 13:30<br>qua • 17:00 - 20:00<br>qui • 09:30 - 12:30           |
| Perafita                | sáb • 09:00 - 12:00<br>qua • 16:15 - 19:15 | seg • 08:00 - 09:00 e 16:00 - 17:00<br>ter • 14:30 - 17:30<br>qui • 08:30 - 12:30 |
| S. Mamede<br>de Infesta | seg • 09:00 - 12:00<br>sex • 17:30 - 20:30 | qua • 09:30 - 12:30 e 17:00 - 20:00<br>sex • 09:00 - 12:00                        |
| Senhora<br>da Hora      | qua • 09:30 - 12:30<br>sex • 13:30 - 16:30 | seg • 14:00 - 17:00<br>qua • 17:00 - 20:00<br>qui • 10:15 - 13:15 e 14:00 - 17:00 |
| MS Fit                  | seg • 09:30 - 12:30<br>seg • 17:00 - 20:00 | ter • 15:30 - 19:30<br>qua • 08:30 - 10:30  |

matosinhosport.pt

serviço gratuito a todos os munícipes

215.00/MS • Rev.3 • Data: 12.03.2026

