



**BOUNCE INC**  
FREE-JUMPING REVOLUTION

# Dia Mundial de Doença de Parkinson

Quarta-feira, 11 Abril 2018 | ENTRADA LIVRE

## Manhã

11:30 | **Afinal que tipo de exercício devo fazer para a doença de Parkinson?**

Dra. Josefa Domingos | Sessão interactiva de videos, dicas, discussão e testemunhos.

12:00 | **Dança adaptada musica anos 80\*** (aquecimento).

12:30 | **Actividades de Exercício nos trampolins\*\***

13:35 | **Convívio** com refrescos e petiscos

\*Envie-nos a sua musica preferida para ser incorporada nas actividades do dia.

\*\* Esta aula desafia o grupo através de exercícios de equilibrio e tarefas adicionais divertidas num ambiente seguro envolvendo trampolins.

**Local:** Bounce Inc | Av. dos Cavaleiros 35 | 2790-045 Carnaxide

**Contactos:** Tlm 967 142 254 | E-mail: [secretariadoparkinson@gmail.com](mailto:secretariadoparkinson@gmail.com)

**Apoios:**

