



PLANO DE ACTIVIDADES 2015

MÊS	ACTIVIDADE	DATA	LOCAL
JANEIRO	ESCALADA	10 / 01	SESIMBRA - PEDREIRAS
	PERCURSO PEDESTRE	25/01	ROTA DAS TRÊS ALDEIAS - AZEITÃO
FEVEREIRO	MONTANHISMO	20,21 e 22	SERRA DE GREDOS—ESPANHA
	PERCURSO PEDESTRE	22/02	ROTA DA LOURICEIRA -Setúbal
MARÇO	ESCALADA	29	PEDREIRAS - SESIMBRA
	PERCURSO PEDESTRE	29/03	ROTA DO ESPICHEL - SESIMBRA
	MARÇO 28 – PAREDE ESCALADA	A definir	SETÚBAL
ABRIL	ESCALADA	25 e 26	definir
O PERCURSO PEDESTRE do mês de Abril realiza-se no 1º de Maio na Serra da Lousã			
MAIO	Saída - Escalada e Pedestrianismo	1, 2 e 3	Serpins / Lousã/ Góis
	ESCALADA	30/05	ARRÁBIDA
	PERCURSO PEDESTRE	31/05	TRANSARRÁBIDA - AZEITÃO
JUNHO	MONTANHISMO	27 e 28	SERRA DA ESTRELA
	Escalada e Pedestrianismo	27 e 28	ESTRELA VERDE - COVILHÃ
JULHO	ESCALADA	25-26	ALDEIA DA PENA – Serra da LOUSÃ
	PERCURSO PEDESTRE	26/07	ROTA NOTURNA - ARRÁBIDA
	Parede de Escalada Artificial	a definir	
SETEMBRO	ESCALADA	26 e 27	Srª. Da PENHA – CASTELO DE VIDE
	PERCURSO PEDESTRE	27/09	COSTA VICENTINA - ODECEIXE
	CURSO – INICIAÇÃO Á ESCALADA	11, 12 e 13	ARRÁBIDA
OUTUBRO	ESCALADA	A Definir	a Definir
	PERCURSO PEDESTRE	25/10	ALCÁCER do SAL
	PARAPENTE - EQUINÓCIOS	4 e 5/10	ARRÁBIDA - Miradouro da Murteira
NOVEMBRO	ESCALADA	28,29/11	ROCHA DA PENA - ALGARVE
	PERCURSO PEDESTRE	30/11	ROTA DOS CORAIS –PALMELA
DEZEMBRO	Encontro de Confraternização de associados na sede do CMA	A Definir	

