



WWW.CMARRABIDA.ORG

PLANO DE ACTIVIDADES 2024 (1982 a 2024 - 42 anos)

Mês	Dia	Modalidade	Atividade	Local
Janeiro	13-14	Escalada	Montejunto	Alenquer
	28	Pedestrianismo	Rota de São Francisco	Palmela
Fevereiro	10-11	Escalada	Sintra	Sintra
	2/3/4	Formação	Curso de Iniciação à Orientação	Setúbal / Palmela
	25	Pedestrianismo	Rota de Sesimbra	Sesimbra
Março	23-24	Escalada	Escusa	Portalegre
	24	Pedestrianismo	Lapa Santa Margarida	Setúbal
	1/2/3	Formação	Curso Iniciação à Escalada	Serra Arrábida
Abril	6-7	Escalada	Rocha da Pena	Algarve/Loulé
	25-28	Pedestrianismo	Rota Vicentina	A definir
Maio	26	Escalada	Arrábida	Aniversário CMA - Serra da Arrábida
	26	Pedestrianismo	Transarrábida	
Junho	15-16	Escalada	Senhora das Lapas	Tomar
	30	Pedestrianismo	Formosinho ao Luar	Arrábida
	8,9,10	Montanhismo	Serra de Bejar / Espanha	Espanha / Hervás
Julho	27-28	Escalada	Envendos	Mação
	28	Pedestrianismo	Monsanto	Lisboa
Setembro	21-22	Escalada	Reguengo do Fetal	Batalha
	29	Pedestrianismo	Montejunto	Montejunto
	A definir	Formação	Curso Iniciação à Escalada	Parque Natural da Arrábida
Outubro	19-20	Escalada	Portas do Almourão	Proença-a-Nova
	A definir	Parapente	Voando equinócios	Parque Natural da Arrábida
	27	Pedestrianismo	Grândola	Grândola
Novembro	16-17	Escalada	Poios	Pombal
	24	Pedestrianismo	Troia	Grândola
	A definir	Formação	Curso de Iniciação à Orientação	Parque Natural da Arrábida
Dezembro	11 dezembro – Dia Internacional das Montanhas			

Filiações e Apoios

