

PLANO DE ACTIVIDADES 2023



WWW.CMARRABIDA.ORG

Mês	Dia	Modalidade	Actividade	Local
Janeiro	14-15	Escalada	Fojo	P.N. Arrábida
	29	Pedestrianismo	Chã dos Navegantes	Cabo espichel/Sesimbra
Fevereiro	18-19	Escalada	Azoia	Sesimbra
	26	Pedestrianismo	Sapal Mitrena	Setúbal
Março	18-19	Escalada	Rocha da Pena	Algarve/Loulé
	25	Escalada Artificial	CMS - P.U.A	Parque Urbano Albarquel
	26	Pedestrianismo	Rota do Píncaro	Serra da Arrábida
Abril	29-30	Escalada	Vale Poios	Pombal
	29 - 01	Pedestrianismo	Rota Vicentina	Porto Covo
Maio	27-28	Escalada	P.N.Arrábida	Aniversário CMA Serra da Arrábida
	28	Pedestrianismo	Transarrábida	
Junho	10-11	Escalada	Penha Garcia	Idanha-a-Nova
	17 a 25	Deslocação aos Pirinéus / Espanha	Valle de Tena	Espanha
Julho	22-23	Escalada	Senhora das Lapas	Tomar
	30	Pedestrianismo	Rota de Sintra	Sintra
Agosto				
Setembro	30-01	Escalada	Portas do Almorão	Proença -a- Nova
	24	Pedestrianismo	Rota da Serra	Montejunto
Outubro	27,28 e 29	Escalada	Alange	Mérida/ Espanha
	29	Pedestrianismo	Rota de São Luís	Setúbal
Novembro	25-26	Escalada	Barragem StªLuzia	Pampilhosa da Serra
	26	Pedestrianismo	Rota dos Corais	Palmela
Dezembro	11 Dezembro – Sede CMA Dia Internacional das Montanhas			

