

## II Color Run Sê +



A Escola Básica do Primeiro Ciclo com Pré e Creche de Santana, em parceria com a Câmara Municipal de Santana e a AARAM, organizam pelo segundo ano consecutivo, um evento desportivo designado II Color Run Sê +.

No dia 8 de Junho pelas 9 horas, será dada a partida para uma corrida com carácter competitivo pelas estradas e trilhos existentes nesta pacata cidade. O Parque Temático será o ponto de partida e de chegada, estando também prevista uma caminhada de 2km, aberta a todos os que se quiserem inscrever nesta aventura.

A designação Color Run deve-se ao fato de serem distribuídos pelos participantes tintas devidamente certificadas para o efeito que serão lançadas sobre os atletas antes das partidas. O evento pretende também ser uma chamada de atenção para a importância da prática do exercício físico, com uma vertente solidária associada. A inscrição na prova terá um valor de 5 euros e a caminhada 3 euros, sendo que parte do valor adquirido reverterá a favor da Delegação de Alzheimer da Madeira.

A II Color Run Sê+ pretende acima de tudo ser a oportunidade para envolver toda a comunidade educativa numa atividade solidária, instrutiva e saudável, num ambiente descontraído e de convívio entre todos os envolvidos. A animação será um dos aspetos de grande destaque desenhando-se surpresas que só poderão ser desvendadas pelos mais audazes.

**EB1/PE/C DE SANTANA**

## **Colaboradores**

Câmara Municipal de Santana

AARAM

Parque Temático da Madeira

## **Patrocinadores**

Loja de Ferragens de Santana

GESBA - Banana da Madeira

AutoChapinha

## **Padrinhos da Prova**

Luís Fernandes – Atleta de Trail

Marco Gomes – Diretor Regional de Educação

**EB1/PE/C DE SANTANA**

# Apresentador do evento

Compadre Jodé

## Programa da II COLOR RUN SÊ +

**Dia 28 de maio às 19:00h**

- ✓ Reconhecimento do percurso

**Dia 30 de Maio às 14h30**

Visita e diálogo do atleta Luís Fernandes.

- ✓ Importância do exercício físico
- ✓ O que é necessário para correr
- ✓ Apresentação de alguns exercícios básicos de aquecimento antes de uma prova;
- ✓ Realização de um circuito de 700m à volta da escola com o atleta Luís Fernandes/alunos.

**Dia 8 de Junho**

8h Início da concentração

8h30 Aquecimento para a prova

9h Partida para a prova de 8km

9h30 Partida para a caminhada

10h30 Aula de Zumba (professora Noemi)

11h Entrega dos prémios