

Actualizado em: 30 Agosto 2009

Inscrições em actividades:

<http://www.montesevales.com/inscricao.html>



[www.montesevales.com](http://www.montesevales.com)

# Calendário de Actividades

Tipo de Actividade	Início (a) Fim (a)	Nível Dificuldade	Descrição Actividade
Bicicleta	18-09-2010 19-09-2010	2 e 3	<b>Percursos de bicicleta em Tavira</b> São muitos os atractivos que nos levam a estas paragens. Todo o espaço natural envolvente é muito interessante, os percursos não têm grandes desníveis, as praias já se encontrarão menos frequentadas e por isso mais apetecíveis para um banho de final de tarde, estará bem tempo sem estar demasiado calor ... enfim, estes e outros motivos farão seguramente uma grande actividade. <a href="http://www.montesevales.com/201009Tavira.pdf">http://www.montesevales.com/201009Tavira.pdf</a>
Retiro	18-09-2010 19-09-2010	N/A	<b>Retido Auto-Desenvolvimento</b> Convite para aproveitar o recobro e a inspiração da mãe natureza e, com a ajuda e energia dos que connosco se cruzam, seguirmos na descoberta de quem nos queremos tornar, individual e colectivamente. <a href="http://www.montesevales.com/201009RetidoAutoDesenvolvimento.pdf">www.montesevales.com/201009RetidoAutoDesenvolvimento.pdf</a>
Caminhada	02-10-2010 10-10-2010	3	<b>Caminhadas na Córsega e na Sardenha</b> Estas duas ilhas tão próximas e historicamente tão cobiçadas por tantos povos, dão-nos hoje a oportunidade de caminhadas em percursos muito diversificados conseguindo experimentar o ambiente de alta montanha e ao mesmo tempo ter a sensação do exotismo dos percursos à beira-mar. <a href="http://www.montesevales.com/201010CorsegaSardenha.pdf">www.montesevales.com/201010CorsegaSardenha.pdf</a>
Caminhada	30-10-2010 01-11-2010	3	<b>Caminhadas no espetacular El Chorro (Málaga, Espanha)</b> Situada na Andaluzia, relativamente perto de Málaga, é uma zona de um imenso maciço calcário onde se destaca o Desfiladeiro de los Gaitanes, uma impressionante garganta por onde corre o rio Guadalhorce que alimenta três magníficos lagos de água azul-turquesa que resultaram da construção da barragem. <a href="http://www.montesevales.com/201010Chorro.pdf">http://www.montesevales.com/201010Chorro.pdf</a>
Caminhada	01-12-2010 08-12-2010	3	<b>Caminhadas em Cabo Verde</b> Caminhadas em Cabo Verde  <a href="#">folheto em produção</a>

(a) Inclui tempo de deslocação a partir ou chegando a Lisboa

(b) Nível de Dificuldade - 1 mínimo / 5 máximo. Avaliação subjectiva que pertence dar uma ideia geral sobre o grau de dificuldade da actividade.