



# SOUTH SIDE OF THE HEART 2019

## CAMINHADA

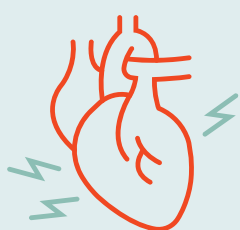
28 DE SETEMBRO

08:45h » CRISTO REI

DURAÇÃO APROXIMADA DO PERCURSO - 3 HORAS  
PERCURSO : 8 KMS  
DIFICULDADE LIGEIRA / MODERADA



## »» ACTIVATE YOUR HEART



Aprenda a reconhecer os sinais  
de alarme de **enfarte** e **AVC**



Treine **suporte básico de vida**  
em manequins

**Avalie o seu risco** cardiovascular

