

# Valongo respira Desporto



A pandemia trouxe muitos receios e obriga-nos a cuidados redobrados para proteção da saúde de todos. Devemos todos de ter um comportamento social responsável e solidário para evitar sermos os portadores de um vírus que pode ser letal para alguém que nos é próximo. No entanto não podemos viver em medo e a pandemia também nos mostrou que o desporto promove bem-estar físico, mas, mais importante, bem-estar emocional. É importante para crianças, jovens e adultos manter ou, se for o caso, iniciar uma prática desportiva que ajude a superar as dificuldades que esta pandemia nos trouxe. Este suplemento pretende mostrar que o nosso concelho tem variadíssimas modalidades desportivas e que os clubes estão preparados com planos de contingência e requisitos emanados pela DGS para vos receber de forma segura e competente.

**Pela vossa saúde  
façam desporto e  
pela vossa segurança  
façam-no no nosso  
concelho, com os  
nossos clubes e  
associações  
desportivas.**

**Bom 2021!**



## Sabia que temos **63 modalidades desportivas** distintas no Concelho? Descubra aqui onde praticar...

MODALIDADE	CLUBE	MORADA	EMAIL
- Aerodelismo	 Clube de Modelismo de Valongo e Campo	Rua de S. Gemil, nº 35 - Campo	cmvc.geral@gmail.com
- Andebol	 C. P. N. Clube de Propaganda da Natação Clube Desportivo da Palmilheira	Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde Rua 25 de Abril - Parque da Quinta Rosa - Ermesinde	geral@cpnatacao.pt rui.cdp@gmail.com
- Atletismo	 Atlético Clube Alfenense Grupo Dramático e Recreativo de Retorta Kemedo Team Associação Desportos em Natureza C. P. N. Clube de Propaganda da Natação Clube de Atletismo "Os 5 à Hora" Futebol Clube Estrelas Susanenses	Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua 1º de Maio, 351 - Campo Rua Eça de Queirós, 285 - Campo Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde Rua do Penido, 535 - Sobrado Rua D. Pedro IV, 741, Susão - Valongo	secretaria@acalfenense.pt geral@retorta.com kemedoteam@gmail.com geral@cpnatacao.pt vania-barbosa1992@hotmail.com estrelasusanense@gmail.com
- Basquetebol	 Atlético Clube Alfenense TOG - Associação Running Team Núcleo Cultural e Recreativo de Valongo C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua dos Moirais, 94-100 - Campo Rua Sousa Paupério, 72 - Valongo Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	secretaria@acalfenense.pt tog.trincaorelhasdegato@gmail.com secretaria.nucleovalongo@gmail.com geral@cpnatacao.pt
- Bilhar	 Clube de Bilhar Plaza Associação Desportiva e Recreativa Bilharsinde	Rua 1º de Maio, 1857 - Alfena Rua da Bela, 604 - Ermesinde	plaza@netcabo.pt bilharsinde@gmail.com
- BTT	 Atlético Clube Alfenense ARCA - Associação Recreativa e Cultural da Azenha Grupo de Ciclismo e BTT Keda Bike SBC - Sobrado BTT Clube Candibyke - Associação de Ciclismo Purple Weeks - Associação (WGT Adventure) Clube BTT Valongo Alto Relevo, Clube de Montanhismo	Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua Parque Infantil, 171 - Campo Travessa da Gestosa, nº 127/131 - Campo Rua S. Gonçalo, nº 242 - Sobrado Rua S. João de Sobrado, 601 - Sobrado Rua da Costa, 146 - Sobrado Rua Gandra do Paciêncio, nº 251 - Valongo Rua Sousa Paupério, 108 - Valongo	secretaria@acalfenense.pt arcazenha@gmail.com kedabikebtt@gmail.com sobradobttclube@gmail.com paulo@candibyke.com info@wgt-adventure.com clubebttvalongo@gmail.com geral@altorelevo.org
- Canyoning - Escalada - Espeleologia - Montanhismo	 Alto Relevo, Clube de Montanhismo	Rua Sousa Paupério, 108 - Valongo	geral@altorelevo.org
- Capoeira	 C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	geral@cpnatacao.pt
- Ciclismo	 Grupo de Ciclismo e BTT Keda Bike Magriços de Ermesinde Cultura e Desporto Candibyke - Associação de Ciclismo	Travessa da Gestosa, nº 127/131 - Campo Trav. 5 de Outubro, 179 - Ermesinde Rua S. João de Sobrado, 601 - Sobrado	kedabikebtt@gmail.com magricos.ermesindecd@gmail.com paulo@candibyke.com
- Ciclocrosse	 Candibyke - Associação de Ciclismo	Rua S. João de Sobrado, 601 - Sobrado	paulo@candibyke.com
- Cicloturismo	 Associação Ciclismo Pé na Roda	Rua da Bela, 294 - Ermesinde	penaroda2015@gmail.com
- Clássicos	 Associação Amigos dos Clássicos de Valongo	Rua da Ilha, nº 257 - Valongo	amigosdosclassicosvalongo@hotmail.com
- Columbofilia	 Grupo Columbófilo de Alfena Sociedade Columbófila de S. João da Azenha Sociedade Columbófila S. João Sobrado Sociedade Columbófila de Valongo	Rua das Escolas, Cabeda - Alfena Rua S. João da Azenha, 660 - Campo Rua Marques de Pombal, 176 - Sobrado Rua Sousa Pinto, nº 35 - Valongo	mnogsantos@gmail.com s_col_sj_azenha@hotmail.com columbofilasobrado@gmail.com s.columbofilavalongo@gmail.com

MODALIDADE	CLUBE	MORADA	EMAIL
- Dança	 <p>C. P. N. Clube de Propaganda da Natação Fenomeno Dinâmico - Associação Fenomeno Dinâmico - Associação Associação Juvenil, Desportiva e Cultural de Penido Núcleo Cultural e Recreativo de Valongo</p>	<p>Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde Rua Dr. Nogueira dos Santos, 231 - Ermesinde Rua Padre Ricardo Marques dos Santos, 270/689, Quinta da Lousa - Valongo Rua de Penido, 509 - Sobrado Rua Sousa Paupério, 72 - Valongo</p>	<p>geral@cpnatacao.pt elsaraquel87@hotmail.com elsaraquel87@hotmail.com ajdcpenido@gmail.com secretaria.nucleovalongo@gmail.com</p>
- Defesa Pessoal	 <p>ADPA - Associação de Defesa Pessoal de Alfena Clube de Karaté de Alfena Associação Centro de Artes Marciais Mistas de Ermesinde Carlos Resende - CAMME CR Inteligência Corajosa - Associação de Desportos de Combate</p>	<p>Rua 1.º de Maio, Centro Popular de Trabalhadores de Alfena, s/n.º - Alfena Rua Sr. dos Aflitos, 74 - Alfena Rua Fontes Pereira de Melo, nº 60, cave - Ermesinde Rua Julião Sarmento, nº 67 r/ch, fração I - Valongo</p>	<p>adpaalfena@gmail.com avelino.pontes.07@gmail.com cammecr@gmail.com academiapedechumbo@sapo.pt</p>
Equitação: - Adaptada - Desportiva - Terapêutica	 <p>Academia de Formação Equestre e Hipoterapia de Valongo e Campo</p>	<p>Rua de Mourama, 50 - Campo</p>	<p>escoladeequitacaomiguelbrandao@gmail.com afehvc@gmail.com</p>
- Futebol 11	 <p>Atlético Clube Alfenense Grupo Desportivo da Ribeira Clube Desportivo, Recreativo e Cultural da Chã Sporting Clube de Campo Guerreiros da Bola Sport Clube Clube Desportivo da Palmilheira Ermesinde Sport Clube 1936 Magriços de Ermesinde Cultura e Desporto Nucleo Desportivo do Colégio de Ermesinde Associação Sójovem das Saibreiras Mitra Futebol Clube Clube Desportivo de Sobrado União Desportiva da Gandra Futebol Clube do Paço Liga Futebol Popular de Valongo Associação de Futebol Clube de Vilar Clube Recreativo e Desportivo da Estação União Desportiva Valonguense 1937 Núcleo Cultural e Recreativo de Valongo</p>	<p>Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua Alto da Ribeira, 401 - Campo Rua de Santa Marta, 9 - Campo Rua dos Desportos, nº 101 - Campo Rua Monte da Bela, 300, Armazém M - Ermesinde Rua 25 de Abril, Parque da Quinta Rosa - Ermesinde Estádio de Sonhos, Rua 5 de Outubro - Ermesinde Trav. 5 de Outubro, 179 - Ermesinde Quinta da Formiga - Ermesinde Travessa João de Deus, s/n - Ermesinde Rua Duarte Lobo, nº 84 - Ermesinde Avenida dos Desportos - Parque de Jogos - Sobrado Rua Marquesa da Alorna - Sobrado Rua da Rampinha, 40 - Sobrado Rua de São João de Sobrado, 2215 - Sobrado Trav. António José da Silva, 26 - Sobrado Rua Almada Negreiros, 159-r/c Esq. - Valongo Estádio do Calvário - Av. dos Desportos S/N - Valongo Rua Sousa Paupério, 72 - Valongo</p>	<p>secretaria@acalfenense.pt gdribeira.1976@hotmail.com geral.fpinho@hotmail.com geral@sccampo.pt guerreirosdabolasc@gmail.com rui.cdp@gmail.com ermesindesc1936@gmail.com magricos.ermesindecd@gmail.com nd@colegiodeermesinde.edu.pt sojovem@sojovem.org mitrafc@gmail.com c.d.sobrado@gmail.com udgandra@sapo.pt futebolclubepaco1959@gmail.com ligafpvalongo@gmail.com fcvilar1974@gmail.com va-lius@hotmail.com udv1937@gmail.com secretaria.nucleovalongo@gmail.com</p>
- Futebol 3	 <p>Atlético Clube Alfenense</p>	<p>Rua das Passarias, 616 - Alfena</p>	<p>secretaria@acalfenense.pt</p>
- Futebol 5 - Futebol 7	 <p>Atlético Clube Alfenense Sporting Clube de Campo Ermesinde Sport Clube 1936 Nucleo Desportivo do Colégio de Ermesinde Clube Desportivo de Sobrado União Desportiva Valonguense 1937</p>	<p>Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua dos Desportos, nº 101 - Campo Estádio de Sonhos, Rua 5 de Outubro - Ermesinde Quinta da Formiga - Ermesinde Avenida dos Desportos - Parque de Jogos - Sobrado Estádio do Calvário - Av. dos Desportos S/N - Valongo</p>	<p>secretaria@acalfenense.pt geral@sccampo.pt ermesindesc1936@gmail.com nd@colegiodeermesinde.edu.pt c.d.sobrado@gmail.com udv1937@gmail.com</p>
- Futebol de Mesa	 <p>Federação Portuguesa de Matraquilhos e Futebol de Mesa - FPMFM</p>	<p>Avenida Eng.º Armando Magalhães, 371 - Valongo</p>	<p>geral@fpm.pt</p>
- Futsal	 <p>Atlético Clube Alfenense Clube Desportivo, Recreativo e Cultural da Chã Grupo Dramático e Recreativo de Retorta Associação Desportiva e Recreativa da Gandra Magriços de Ermesinde Cultura e Desporto</p>	<p>Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua de Santa Marta, 9 - Campo Rua 1º de Maio, 351 - Campo Rua de Diu, 18 - Ermesinde Trav. 5 de Outubro, 179 - Ermesinde</p>	<p>secretaria@acalfenense.pt geral.fpinho@hotmail.com geral@retorta.com adrgandra@gmail.com magricos.ermesindecd@gmail.com</p>

MODALIDADE	CLUBE	MORADA	EMAIL
- Futsal	 Centro Recreativo Estrelas da Balsa Futebol Clube Estrelas Susanenses União Desportiva, Cultural e Recreativa da Bela Associação Social e Cultural de Sobrado	Rua S. João de Sobrado, 4716 - Sobrado Rua D. Pedro IV, 741, Susão - Valongo Rua Ilha Graciosa, nº 2 - Ermesinde Rua D. João I, 137 - Sobrado	crebalsa@gmail.com estrelassusanense@gmail.com udcrbela@gmail.com ascsobrado@hotmail.com
- Ginástica Acrobática	 ARCA - Associação Recreativa e Cultural da Azenha	Rua Parque Infantil, 171 - Campo	arcazenha@gmail.com
- Hipismo	 Associação Hipica da Fervença	Rua da Mina, 75 - Campo	ahfervenca@gmail.com
Hipismo: - Atrelagem - Dressage - Raides - Saltos Obstáculos - TREC	 Academia de Formação Equestre e Hipoterapia de Valongo e Campo	Rua de Mourama, 50 - Campo	escoladeequitacaomiguelbrandao@gmail.com afehvc@gmail.com
- Hóquei em Patins	 Associação Centro Social e Paroquial de Alfena - Hóquei Associação Desportiva de Valongo	Rua do Centro Social, s/n - Alfena Av. dos Desportos, s/n - Valongo	hoqueipatins.cspa@gmail.com hoquei.cspa@gmail.com geral@advalongo.pt
- Hóquei Subaquático	 Associação Clube Zupper	Rua de Alpendurada, 237, r/c - Ermesinde	clubezupper@gmail.com
- Jiu-Jiutsu	 União Desportiva Elite Team - UDET (Elite 36) Associação Centro de Artes Marciais Mistas de Ermesinde Carlos Resende - CAMME CR	Rua do Caulino, n.º 40, 2.º Esq. - Alfena Rua Fontes Pereira de Melo, nº 60, cave - Ermesinde	geral@elite36.pt cammecr@gmail.com
- Jogos Tradicionais	 Associação das Coletividades de Valongo	Rua da Passagem, n.º 404, sala 27 - Valongo	accvalongo@gmail.com
- Judo	 Clube Desportivo da Palmilheira	Rua 25 de Abril - Parque da Quinta Rosa - Ermesinde	rui.cdp@gmail.com
- Karaté	 Atlético Clube Alfenense Clube de Karaté de Alfena Grupo Dramático e Recreativo de Retorta C. P. N. Clube de Propaganda da Natação Clube de Karaté Budo Dojo ECK - Ermesinde Clube de Karaté Associação Social e Cultural de Sobrado Clube Karaté de Valongo U.K.P.S. - Uechi-ryu Karate-do Portugal Shubukan Clube Karaté Goju Ryu Vallis Longus - CKGV	Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua Sr. dos Aflitos, 74 - Alfena Rua 1º de Maio, 351 - Campo Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde Rua Nova dos Sonhos, 61-2 Rua Egas Moniz, nº 121 - Ermesinde Rua D. João I, 137 - Sobrado Rua Vale de Amores, 11 - Valongo Travessa Lameira Ferreira, nº 28 - Valongo Rua Padre António Romeiro Alves do Vale, n.º 146 - Valongo	secretaria@acalfenense.pt avelino.pontes.07@gmail.com geral@retorta.com geral@cpnatacao.pt budodojokarate@gmail.com eck.ermesinde.presidente@gmail.com ascsobrado@hotmail.com ckvalongo@gmail.com uechiryuportugal@gmail.com karatevallislongus@gmail.com
- Kickboxing	 União Desportiva Elite Team - UDET (Elite 36) Clube Desportivo da Palmilheira Clube Desportivo de Sobrado Inteligência Corajosa - Associação de Desportos de Combate	Rua do Caulino, n.º 40, 2.º Esq. - Alfena Rua 25 de Abril - Parque da Quinta Rosa - Ermesinde Avenida dos Desportos - Parque de Jogos - Sobrado Rua Julião Sarmiento, nº 67 r/ch, fração I - Valongo	geral@elite36.pt rui.cdp@gmail.com c.d.sobrado@gmail.com academiapedechumbo@sapo.pt
- Kung Fu	 C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	geral@cpnatacao.pt
- Matraquilhos	 Associação de Matraquilhos de Valongo Federação Portuguesa de Matraquilhos e Futebol de Mesa - FPMFM	Av. Eng. Armando Magalhães, 371 - Valongo Avenida Eng.º Armando Magalhães, 371 - Valongo	amv.matraquilhos@gmail.com geral@fpm.pt
- MMA	 Associação Centro de Artes Marciais Mistas de Ermesinde Carlos Resende - CAMME CR	Rua Fontes Pereira de Melo, nº 60, cave - Ermesinde	cammecr@gmail.com

MODALIDADE	CLUBE	MORADA	EMAIL
- Mototurismo	Moto Clube de Alfena Associação Motard de Campo Associação Motard os Resingões de Valongo	Rua S. Vicente, 1194 - Alfena Rua Central da Capela, nº 10 - Campo Rua Eduardo Joaquim dos Reis Figueira, nº 99 3.ª Esq. Traz. - Valongo	geral@motoclubedealfena.pt motoclubedecampo.2020@gmail.com grupomotardosresingoes@hotmail.com
- Muaythai - Kempo	Inteligência Corajosa - Associação de Desportos de Combate	Rua Julião Sarmento, nº 67 r/ch, fração I - Valongo	academiapedechumbo@sapo.pt
- Natação	Clube de Natação de Valongo C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Rua das Escolas, Cabeda, s/n Piscina Municipal - Alfena Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	direcao@cnvalongo.pt geral@cpnatacao.pt
- Natação Adaptada	C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	geral@cpnatacao.pt
- Ornitologia Canários	Clube de Canários de Postura de Valongo	Rua Bairro das Pereiras, 55 - Valongo	ccpv.posturashow@gmail.com
- Patinagem Artística	Associação Centro Social Figure Skating (CSPA) Núcleo Cultural e Recreativo de Valongo	Rua do Centro Social, s/n - Alfena Rua Sousa Paupério, 72 - Valongo	patinagemcspa@gmail.com secretaria.nucleovalongo@gmail.com
- Pesca	Clube de Pesca e Caça de Campo C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Rua Central da Capela, 310 - Campo Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	clubepescaecaca@gmail.com geral@cpnatacao.pt
- Polo Aquático	C. P. N. Clube de Propaganda da Natação	Praceta Rainha Mariana Vitória, 35 - Ermesinde	geral@cpnatacao.pt
- Snowboard - Ski - Trekking	Alto Relevo, Clube de Montanhismo	Rua Sousa Paupério, 108 - Valongo	geral@altorelevo.org
- Taekwondo	ADTKDVL - Associação de Taekwondo de Valongo Associação Centro de Artes Marciais Mistas de Ermesinde Carlos Resende - CAMME CR Futebol Clube Estrelas Susanenses Associação Tradicional HANGUK MOO SOOL Associação de Taekwondo Estrelas do Susão	Rua D. Afonso Henriques, 345 - Alfena Rua Fontes Pereira de Melo, nº 60, cave - Ermesinde Rua D. Pedro IV, 741, Susão - Valongo Travesa Lameira Ferreira, n.º 100/108 - Valongo Rua António Pimenta Elias, nº 276, r/C esqº - Valongo	geral@atvalongo.pt cammecr@gmail.com estrelasusanense@gmail.com athms@athms.org atestrelasusao2017@gmail.com
- Técnicas de Progressão Vertical	Alto Relevo, Clube de Montanhismo	Rua Sousa Paupério, 108 - Valongo	geral@altorelevo.org
- Ténis	Atlético Clube Alfenense Clube de Ténis de Ermesinde ATV - Academia de Ténis de Valongo	Rua das Passarias, 616 - Alfena Rua do Carvalho, s/n - Ermesinde Rua do Mercado, s/n - Valongo	secretaria@acalfenense.pt geral@ctenisermesinde.com academiatenisvalongo@gmail.com
- Ténis de Mesa	Núcleo Cultural e Recreativo de Valongo	Rua Sousa Paupério, 72 - Valongo	secretaria.nucleovalongo@gmail.com
- Trail Running	TOG - Associação Running Team Kemedo Team Associação Desportos em Natureza Grupo Dramático e Recreativo de Retorta ATAD - Amigos do Trail Associação Desportiva Associação Clube Zupper	Rua dos Moirais, 94-100 - Campo Rua Eça de Queirós, 285 - Campo Rua 1º de Maio, 351 - Campo Rua Rainha Santa Isabel, nº 135 - Valongo Rua de Alpendurada, 237, r/c - Ermesinde	tog.trincaorelhasdegato@gmail.com kemedoteam@gmail.com geral@retorta.com geral@atad.pt clubezupper@gmail.com
- Triatlo/Duatlo	Associação Clube Zupper Clube BTT Valongo	Rua de Alpendurada, 237, r/c - Ermesinde Rua Gandra do Paciência, n.º 251 - Valongo	clubezupper@gmail.com clubebttvalongo@gmail.com
- Xadrez	Associação Desportiva e Recreativa da Gandra	Rua de Diu, 18 - Ermesinde	adrgandra@gmail.com

Para mais informações:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO . Divisão de Desporto 224227900 | gabmunicipal@cm-valongo.pt | www.cm-valongo.pt | facebook.com/municipio.valongo