



ACTIVIDADES MUNICIPAIS CULTURAIS E DEPORTIVAS 2025/2026

CALENDARIO

setembro

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

outubro

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

DO 8 AO 17 DE SETEMBRO	PRAZO DE PREINSCRIÇÃO
22 DE SETEMBRO	SORTEO
23 DE SETEMBRO	LISTAS DE PERSOAS ADMITIDAS E LISTAS DE AGARDA
DO 24 AO 30 DE SETEMBRO	PRAZO DE MATRÍCULA
3 DE OUTUBRO	OFERTA PRAZAS VACANTES
A PARTIR DO 6 DE OUTUBRO	MATRÍCULA PRAZAS VACANTES

SOLICITUDE DE PRAZA

- A solicitude de praza nas actividades do programa poderá facerse:

1) A través do trámite **Preinscrición escolas municipais culturais e deportivas (CUL. 04)** da Sede Electrónica do Concello de Culleredo (sede.culleredo.es). Este trámite estará aberto do día 8 de setembro ás 00:00 horas ata o 17 de setembro ás 23:59 horas.

2) Presencialmente, no mesmo prazo pero en horario de 09:00 a 14:00 horas, presentando ficha de preinscrición no Edificio de Servizos Múltiples.

3) Por correo electrónico, no mesmo prazo, achegando a ficha de preinscrición debidamente cuberta e asinada a **escolasmunicipais@culleredo.es**.

- **Non se aceptarán solicitudes de praza por ningunha outra vía.**
- Na preinscrición e na matrícula inicial, **cada persoa pode escoller unicamente un grupo por cada actividade e dúas actividades como máximo.** No momento no que se oferten as prazas vacantes, cada persoa poderá matricularse en tantas actividades e grupos como desexe.
- A preinscrición nunha actividade non implica praza asegurada. Da mesma forma, a preinscrición nun grupo determinado non produce ningún dereito sobre as prazas noutros grupos desa mesma actividade.

SORTEO E LISTA DE PERSOAS ADMITIDAS E LISTAS DE AGARDA

- Para aqueles grupos que presenten maior demanda que prazas, farase un sorteo o día 22 de setembro. Este sorteo determinará tanto as persoas que obteñen praza como a orde da lista de agarda que quedará para cubrir as posibles prazas vacantes que se produzan en cada grupo.
- Para estes efectos, as persoas empadroadas no Concello de Culleredo terán sempre prioridade sobre as non empadroadas.
- Estas listas publicaranse tanto na páxina web do Concello de Culleredo como no Edificio de Servizos Múltiples ao longo do día 23 de setembro de 2025.
- A partir do momento en que se publiquen as listas, poderán facerse reclamacións ás mesmas a través do trámite Instancia xeral (SEC. 01) da Sede Electrónica do Concello de Culleredo ou presencialmente en calquera oficina de rexistro.

FORMALIZACIÓN DE MATRÍCULA

- Tras a publicación das listas de persoas admitidas, o día 24 de setembro poderá procederse á **formalización de matrícula que poderá facerse:**

1) A través do trámite **Matrícula escolas municipais culturais e deportivas (CUL. 05)** da Sede Electrónica do Concello de Culleredo. Este trámite estará aberto desde o día 24 de setembro ás 00:00 horas ata o día 30 de setembro ás 23:59 horas.

2) Presencialmente, no mesmo prazo pero en horario de 09:00 a 14:00 horas, presentando ficha de matrícula no Edificio de Servizos Múltiples.

3) Por correo electrónico, no mesmo prazo, achegando a ficha de matrícula debidamente cuberta e asinada a **escolasmunicipais@culleredo.es**.

- **Coa ficha de matrícula haberá que achegar OBRIGATORIAMENTE:** a orde de **domiciliación bancaria** debidamente cuberta e asinada (agás nos casos de bonificación ao 100 %) e **os documentos que xustifiquen a bonificación á que se teña dereito (de ser o caso)**.
- A falta de calquera destes documentos ou o feito de que a documentación non estea debidamente cuberta implicará requirimento de emenda que deberá ser resolto pola persoa interesada en 10 días.
- Unha vez que acabe o prazo de matrícula sen formalizar a mesma ou pasen os 10 días de prazo sen emendar o requirimento, producirase a perda da praza.
- **Nas actividades anuais só se permitirán matrículas ata o 31 de decembro de 2025.**
- Os recibos das actividades pasaranse ao número de conta que se determine na orde de domiciliación bancaria. O nacemento da obriga de pago prodúcese o primeiro día de cada trimestre con independencia do día no que se inicie a actividade ou a participación da persoa interesada na mesma. **Isto implica que é necesario darse de baixa antes do inicio dun trimestre para que non se xere a obriga de pago do mesmo.**

LISTA DE AGARDA E PRAZAS VACANTES

- No momento no que exista unha praza vacante nun grupo con lista de agarda, chamarase por rigorosa orde e ata en dúas ocasión en diferentes franxas horarias ás persoas en lista no teléfono de contacto que indicasen na solicitude de praza.
- No caso de que a persoa estea interesada na praza, terá 3 días para formalizar a matrícula.
- No caso de non responder, non estar interesada ou pasar ese prazo de 3 días sen formalizar a matrícula, pasarase á seguinte persoa da lista.
- No caso de esgotar a lista de agarda sen cubrir as prazas dese grupo, estas pasarán a formar parte da oferta de vacantes.
- **En ningún momento se ofertarán prazas vacantes de actividades con lista de agarda** nin se incluírán nas listas de agarda persoas que non fixeran preinscrición en tempo e forma.
- Durante o día 3 de outubro publicarase a oferta de prazas vacantes do programa e a partir do 6 de outubro poderá formalizarse a matrícula nesas prazas por Sede Electrónica, a través do mesmo trámite de matrícula, ou presencialmente no Edificio de Servizos Múltiples. As prazas vacantes outorgaranse por rigorosa orde no rexistro de entrada, polo que recomendamos facer a matrícula a través da Sede Electrónica.

BAIXA NAS ACTIVIDADES

- **A baixa nunha actividade poderá realizarse a través do trámite Baixa escolas municipais culturais e deportivas (CUL. 06)** da Sede Electrónica do Concello de Culleredo ou en calquera oficina de rexistro.
- **Para que non xere obriga de pago nun determinado trimestre, a baixa na actividade ten que estar presentada antes do primeiro día dese trimestre (non do inicio das clases ou da participación da persoa interesada nelas).**

CONSIDERACIÓNS XERAIS

- As actividades, a súa duración, os horarios e os espazos nos que se levan a cabo e o número de prazas para cada grupo están determinados con antelación ao inicio do programa polo persoal técnico da área de Cultura, Educación, Participación Cidadá e Deportes.
- O Concello de Culleredo resérvase a potestade de modificar baixo supervisión técnica aquelas actividades que considere convenientes na procura de melloralas e axeitalas á demanda, á atención individualizada do alumnado e ás características da instalación na que ten lugar.
- Así mesmo, o Concello de Culleredo resérvase a potestade de cancelar as actividades que non acaden un mínimo de persoas participantes, atendendo ás características da actividades, ás instalacións e ás necesidades globais do programa. De ser posible, ofrecerase alternativa ás persoas que estiveran participando nas actividades que se cancelen.
- Ademais das condicións que aquí se recollen, o Concello de Culleredo poderá, no uso das súas competencias, adoptar as medidas que considere oportunas para o correcto e normal desenvolvemento das actividades.
- O Concello de Culleredo non se responsabilizará nin asumirá como propias ningunha condición ou circunstancia distinta ás que aquí se establecen e que se dispoñan en paralelo ao desenvolvemento das actividades por calquera vía de comunicación distinta ás de titularidade municipal.
- A participación no programa implica a aceptación de todas e cada unha das condicións que se recollen, así como as que se establezan durante o proceso e, de non ser así, as persoas participantes poderán quedar excluídas do mesmo.
- Os datos persoais que comuniquen as persoas participantes trátaranse de acordo coa Lei orgánica 3/2018, de 5 de decembro, de protección de datos persoais e garantía do dereitos dixitais e utilizaranse unicamente para o programa de Actividades municipais culturais e deportivas 2025/2026.

ACTIVIDADES CULTURAIS PARA PERSOAS ADULTAS

BAILE DE SALÓN

Iniciación ao baile de salón social, en parella, non competitivo nin deportivo. Bailes latino e estándar.

BAILE SALÓN 1	O BURGO Ximnasio Polideportivo	Luns e mércores de 20:15 a 21:15 horas	14 prazas
BAILE SALÓN 2	O BURGO Ximnasio Polideportivo	Luns e mércores de 21:15: a 22:15 horas	14 prazas
BAILE SALÓN 3	ALMEIRAS Centro Cultural	Venres de 20:30 a 22:30 horas	14 prazas
BAILE SALÓN 4	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Martes e xoves de 18:30 a 19:30 horas	20 prazas
BAILE SALÓN 5	O BURGO - COSTA DALONXA Sala Celia e Esperanza Brañas	Venres de 20:00 a 22:00 horas	12 prazas
BAILE SALÓN 6	CELAS Centro Social	Venres de 17:30 a 19:30 horas	20 prazas

SWING

Iniciación neste estilo de baile, acompañados da súa música e ritmo.

SWING	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Luns e mércores de 21:00 a 22:00 horas	20 prazas
--------------	--	---	-----------

ÓLEO

Iniciación e desenvolvemento nesta técnica pictórica. Fomento da familiarización cos materiais e o espertar da creatividade individual.

ÓLEO 1	CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela	Mércores de 18:00 a 20:00 horas	15 prazas
ÓLEO 2	CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela	Xoves de 19:30 a 21:30 horas	15 prazas
ÓLEO 3	CASTRO LAXE Centro Social	Martes de 17:00 a 19:00 horas	15 prazas
ÓLEO 4	LEDOÑO Centro Social	Venres de 17:00 a 19:00 horas	15 prazas

XUNTARTE: LABORES, AGULLA E FÍO

Obradoiro de traballo manual nas diferentes técnicas de agulla e fío.

XUNTARTE 1	BOEDO Centro Social	Luns de 19:00 a 21:00 horas	12 prazas
XUNTARTE 2	BREGUA Centro Social	Sábados de 17:00 a 19:00 horas	12 prazas
XUNTARTE 3	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Xoves de 10:15 a 12:15 horas	12 prazas
XUNTARTE 4	CASTELO Centro Social	Luns de 16:30 a 18:30 horas	12 prazas

ARTESANÍA GALEGA

Iniciación á cestería, o coiro e o macramé.

ARTESANÍA GALEGA 1

FONTECULLER
Centro Cívico Virginia Blanco

Martes de 10:30 a
12:30 horas

12 prazas

ARTESANÍA GALEGA 2

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Xoves de 19:30 a
21:30 horas

12 prazas

ARTESANÍA GALEGA 3

TARRÍO
O Noso Lar

Venres de 18:30 a
20:30 horas

12 prazas

ARTESANÍA GALEGA 4

ORRO
Centro Social

Mércores de 19:30 a
21:30 horas

12 prazas

ARTESANÍA GALEGA 5

SUEIRO
Centro Social

Xoves de 19:30 a
21:30 horas

12 prazas

ARTESANÍA GALEGA 6

SÉSAMO
Centro Social

Luns de 19:30 a 21:30
horas

12 prazas

PATCHWORK

Iniciación na técnica do patchwork.

PATCHWORK 1

ALMEIRAS
Centro Cultural

Xoves de 16:00 a
18:00 horas

15 prazas

PATCHWORK 2

ALMEIRAS
Centro Cultural

Xoves de 18:00 a
20:00 horas

15 prazas

INGLÉS

Actividade trimestral.

Inglés para viaxar: coñecer os conceptos básicos para poder viaxar ao estranxeiro.

Conversación: práctica oral da lingua inglesa.

1º trimestre: outubro, novembro e decembro

**INGLÉS PARA
VIAXAR 1**

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes e xoves de
19:30 a 20:30 horas

20 prazas

2º trimestre: xaneiro, febreiro e marzo

CONVERSACIÓN

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes e xoves de
19:30 a 20:30 horas

20 prazas

3º trimestre: abril, maio e xuño

**INGLÉS PARA
VIAXAR 2**

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes e xoves de
19:30 a 20:30 horas

20 prazas

GUITARRA

Iniciación e avance no manexo deste instrumento. Técnicas básicas.

**GUITARRA 1
(iniciación)**

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Venres de 19:30 a
21:30 horas

15 prazas

**GUITARRA 2
(perfeccionamento)**

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Mércores de 19:30 a
21:30 horas

15 prazas

CONÉCTATE

Actividade trimestral.

Dirixida a sacarlle partido ao móbil e mais á tableta: manexo de contactos, internet, whatsapp, redes sociais, correo electrónico, uso básico da cámara de fotos...

1º trimestre: outubro, novembro e decembro

CONÉCTATE 1

ORRO
Centro Social

Mércores de 16:30 a
18:30 horas

10 prazas

CONÉCTATE 2

O BURGO - COSTA DALONXA
Sala Celia e Esperanza Brañas

Martes de 11:30 a
13:30 horas

10 prazas

CONÉCTATE 3

FONTECULLER
Centro Cívico Virginia Blanco

Mércores de 10:30 a
12:30 horas

10 prazas

2º trimestre: xaneiro, febreiro e marzo

CONÉCTATE 4

O BURGO - COSTA DALONXA
Sala Celia e Esperanza Brañas

Martes de 11:30 a
13:30 horas

10 prazas

CONÉCTATE 5

FONTECULLER
Centro Cívico Virginia Blanco

Mércores de 10:30 a
12:30 horas

10 prazas

3º trimestre: abril, maio e xuño

CONÉCTATE 6

CASTELO
Centro Social

Mércores de 18:00 a
20:00 horas

10 prazas

CONÉCTATE 7

VILABOA
Centro Social Emilia Calé

Luns de 18:30 a 20:30
horas

10 prazas

INFORMÁTICA

Iniciación: control básico do ordenador. Non é necesario ter ningún coñecemento previo.
Perfeccionamento: para persoas con coñecementos básicos previos en control do rato, creación de carpetas, navegación por internet etc.

INFORMÁTICA 1 (iniciación)	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Luns e mércores de 19:30 a 20:30 horas	15 prazas
INFORMÁTICA 2 (perfeccionamento)	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Venres de 17:30 a 19:30 horas	15 prazas
INFORMÁTICA 3 (iniciación)	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Venres de 10:30 a 12:30 horas	15 prazas

FOTOGRAFÍA CON MÓBIL

Coñecementos sobre o manexo da cámara móbil e os seus modos e funcións.

FOTO MÓBIL 1	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Martes de 19:30 a 21:30 horas	20 prazas
FOTO MÓBIL 2	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Martes de 19:30 a 21:30 horas	20 prazas
FOTO MÓBIL 3	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Martes de 19:30 a 21:30 horas	20 prazas

CONFECCIÓN

Iniciación na aprendizaxe da costura a man e uso da máquina de coser. Patronaxe básica.

CONFECCIÓN 1	O BURGO CMFE Pablo Picasso	Luns de 10:00 a 12:00 horas	14 prazas
CONFECCIÓN 2	O BURGO CMFE Pablo Picasso	Luns de 12:00 a 14:00 horas	14 prazas
CONFECCIÓN 3	O BURGO CMFE Pablo Picasso	Luns de 16:00 a 18:00 horas	14 prazas
CONFECCIÓN 4	O BURGO CMFE Pablo Picasso	Martes de 19:00 a 21:00 horas	14 prazas
CONFECCIÓN 5	O BURGO CMFE Pablo Picasso	Mércores de 10:00 a 12:00 horas	14 prazas
CONFECCIÓN 6	VILABOA Centro Social Emilia Calé	Xoves de 16:30 a 18:30 horas	14 prazas
CONFECCIÓN 7	VILABOA Centro Social Emilia Calé	Xoves de 18:45 a 20:45 horas	14 prazas

ACTIVIDADES CULTURAIS PARA A RAPAZADA

DESEÑO DE VIDEOXOGOS

Iniciación no deseño básico de videoxogos. Desde 7 anos.

DESEÑO DE VIDEOXOGOS	O BURGO Edificio de Servizos Múltiples	Luns e mércores de 17:30 a 18:30 horas	15 prazas
---------------------------------	---	---	-----------

CULLERCHEF

Obradoiro trimestral de cociña saudable para cativada de 6 a 12 anos.

1º trimestre: outubro, novembro e decembro

CULLERCHEF 1

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes de 17:00 a
18:30 horas

10 prazas

CULLERCHEF 2

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes de 19:00 a
20:30 horas

10 prazas

2º trimestre: xaneiro, febreiro e marzo

CULLERCHEF 3

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes de 17:00 a
18:30 horas

10 prazas

CULLERCHEF 4

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes de 19:00 a
20:30 horas

10 prazas

3º trimestre: abril, maio e xuño

CULLERCHEF 5

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes de 17:00 a
18:30 horas

10 prazas

CULLERCHEF 6

O BURGO
Edificio de Servizos Múltiples

Martes de 19:00 a
20:30 horas

10 prazas

ACTIVIDADES DEPORTIVAS PARA PERSOAS ADULTAS

ADESTRAMENTO FUNCIONAL

O adestramento funcional busca mellorar a funcionalidade e o rendemento global do corpo, a través de movementos variados que teñen un impacto positivo na forza, estabilidade, coordinación, resistencia e prevención de lesións.

ADESTRAMENTO FUNCIONAL 1	TARRÍO O Noso Lar	Luns e mércores de 19:00 a 20:00 horas	18 prazas
ADESTRAMENTO FUNCIONAL 2	O BURGO Ximnasio CEIP Díaz Pardo	Martes e xoves de 19:00 a 20:00 horas	18 prazas
ADESTRAMENTO FUNCIONAL 3	O BURGO Ximnasio CEIP Díaz Pardo	Martes e xoves de 20:00 a 21:00 horas	18 prazas
ADESTRAMENTO FUNCIONAL 4	O BURGO Ximnasio CEIP Díaz Pardo	Martes e xoves de 21:00 a 22:00 horas	18 prazas
ADESTRAMENTO FUNCIONAL 5	O BURGO Ximnasio CEIP P. Vila de Rutis	Martes e xoves de 19:00 a 20:00 horas	18 prazas

RITMO ZUM FITNESS

Programa de exercicios que utiliza diferentes ritmos como soporte para o seu desenvolvemento.

RITMO ZUM 1	VILABOA Polideportivo Sofía Casanova	Mércores e venres de 20:00 a 21:00 horas	16 prazas
RITMO ZUM 2	CELAS Centro Social	Martes e xoves de 10:30 a 11:30 horas	12 prazas
RITMO ZUM 3	ALMEIRAS Centro Cultural	Martes e xoves de 20:00 a 21:00 horas	10 prazas

PILATES

Método pilates trata de desenvolver un corpo equilibrado, forte e flexible a través de exercicios que se centran no control, a concentración, a fluidez de movementos e a calidade de execución, co objetivo de mellorar a saúde e o benestar xeral.

PILATES 1	O BURGO Ximnasio CEIP Díaz Pardo	Luns e mércores de 19:00 a 20:00 horas	14 prazas
PILATES 2	O BURGO Ximnasio CEIP Díaz Pardo	Luns e mércores de 20:00 a 21:00 horas	14 prazas
PILATES 3	O BURGO Ximnasio CEIP Díaz Pardo	Luns e mércores de 21:00 a 22:00 horas	14 prazas
PILATES 4	O BURGO Ximnasio CEPP. Vila de Rutis	Luns e mércores de 19:00 a 20:00 horas	14 prazas
PILATES 5	O BURGO Ximnasio CEPP. Vila de Rutis	Luns e mércores de 20:00 a 21:00 horas	14 prazas
PILATES 6	O BURGO Ximnasio CEPP. Vila de Rutis	Luns e mércores de 21:00 a 22:00 horas	14 prazas
PILATES 7	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Martes e xoves de 11:00 a 12:00 horas	14 prazas
PILATES 8	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Martes e xoves de 21:00 a 22:00 horas	14 prazas
PILATES 9	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Mércores e venres de 11:00 a 12:00 horas	14 prazas
PILATES 10	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Luns e mércores de 21:00 a 22:00 horas	14 prazas

PILATES 11	CELAS Centro Social	Martes e venres de 20:00 a 21:00 horas	14 prazas
PILATES 12	CELAS Centro Social	Martes e venres de 21:00 a 22:00 horas	14 prazas
PILATES 13	ORRO Centro Social	Luns e mércores de 19:00 a 20:00 horas	14 prazas
PILATES 14	SUEIRO Centro Social	Luns e mércores de 11:00 a 12:00 horas	14 prazas
PILATES 15	SUEIRO Centro Social	Luns e mércores de 20:30 a 21:30 horas	14 prazas
PILATES 16	CASTRO LAXE Centro Social	Luns e mércores de 16:00 a 17:00 horas	14 prazas
PILATES 17	CASTRO LAXE Centro Social	Luns e mércores de 17:00 a 18:00 horas	14 prazas

XIMNASIA DE MANTEMENTO

Actividade co obxectivo principal de fomentar un estilo de vida activo e saudable, previndo lesións e promovendo unha sensación de benestar xeral. Actividade adecuada a todas as idades e niveis de condición física, traballando con exercicios de baixo impacto e de nivel moderado

XIMNASIA DE MANTEMENTO 1	ALMEIRAS Polideportivo	Luns e mércores de 18:00 a 19:00 horas	16 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 2	CELAS Centro Social	Luns e mércores de 18:00 a 19:00 horas	14 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 3	CELAS Centro Social	Luns e mércores de 19:00 a 20:00 horas	14 prazas

XIMNASIA DE MANTEMENTO 4	LEDOÑO Centro Social	Luns e mércores de 18:30 a 19:30 horas	10 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 5	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Martes e xoves de 16:00 a 17:00 horas	14 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 6	FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco	Martes e xoves de 17:00 a 18:00 horas	14 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 7	O BURGO - COSTA DALONXA Sala Celia e Esperanza Brañas	Luns e mércores de 17:15 a 18:15 horas	14 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 8	O BURGO - COSTA DALONXA Sala Celia e Esperanza Brañas	Martes e xoves de 16:30 a 17:30 horas	14 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 9	SUEIRO Centro Social	Luns e mércores de 17:15 a 18:15 horas	14 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 10	TARRÍO O Noso Lar	Martes e xoves de 18:10 a 19:10 horas	16 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 11	VILABOA Pazo Vila Melania	Luns e mércores de 16:00 a 17:00 horas	10 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 12	VILABOA Pazo Vila Melania	Luns e mércores de 17:00 a 18:00 horas	10 prazas
XIMNASIA DE MANTEMENTO 13	BOEDO Centro Cultural	Martes e xoves de 17:30 a 18:30 horas	8 prazas

IOGA

Mediante a práctica do ioga tratamos de lograr un equilibrio entre o corpo, a mente e o espírito, promovendo a saúde, a paz interior e o benestar integral.

IOGA 1

O BURGO - COSTA DALONXA
Sala Celia e Esperanza Brañas

Martes e xoves de
10:00 a 11:00 horas

12 prazas

IOGA 2

O BURGO - COSTA DALONXA
Sala Celia e Esperanza Brañas

Luns e mércores de
18:30 a 19:30 horas

12 prazas

IOGA 3

O BURGO - COSTA DALONXA
Sala Celia e Esperanza Brañas

Martes e xoves de
20:00 a 21:00 horas

12 prazas

IOGA 4

O BURGO - COSTA DALONXA
Sala Celia e Esperanza Brañas

Martes e xoves de
21:00 a 22:00 horas

12 prazas

IOGA 5

SÉSAMO
Centro Social

Luns e mércores de
20:00 a 21:00 horas

12 prazas

IOGA 6

FONTECULLER
Centro Cívico Virginia Blanco

Martes e xoves de
20:00 a 21:00 horas

12 prazas

IOGA 7

FONTECULLER
Centro Cívico Virginia Blanco

Martes e xoves de
21:00 a 22:00 horas

12 prazas

IOGA 8

TARRÍO
O Noso Lar

Martes e xoves de
10:00 a 11:00 horas

12 prazas

HIPOPRESIVOS E SOLO PELVIANO

Actividade co obxectivo de fortalecer a zona abdominal e o solo pelviano, mellorar a postura, reducir a presión intraabdominal e tonificar os músculos profundos do abdome.

1º trimestre: outubro, novembro e decembro

HIPOPRESIVOS 1

VILABOA
Polideportivo Sofía Casanova

Martes e xoves de
18:00 a 19:00 horas

10 prazos

HIPOPRESIVOS 2

O BURGO
Ximnasio CEIP P. Vila de Rutis

Martes e xoves de
20:00 a 21:00 horas

10 prazos

2º trimestre: xaneiro, febreiro e marzo

HIPOPRESIVOS 3

VILABOA
Polideportivo Sofía Casanova

Martes e xoves de
18:00 a 19:00 horas

10 prazos

HIPOPRESIVOS 4

O BURGO
Ximnasio CEIP P. Vila de Rutis

Martes e xoves de
20:00 a 21:00 horas

10 prazos

3º trimestre: abril, maio e xuño

HIPOPRESIVOS 5

VILABOA
Polideportivo Sofía Casanova

Martes e xoves de
18:00 a 19:00 horas

10 prazos

HIPOPRESIVOS 6

O BURGO
Ximnasio CEIP P. Vila de Rutis

Martes e xoves de
20:00 a 21:00 horas

10 prazos

MARCHA NÓRDICA

Actividade encamiñada a mellorar a condición física, fortalecendo os músculos da parte superior do corpo, aumentar a resistencia cardiovascular e mellorar a coordinación e o equilibrio. Actividade de baixo impacto que axuda a reducir o estrés nas articulacións, o que a fai adecuada para persoas de todos as idades e niveis de condición física.

1º trimestre: outubro, novembro e decembro

MARCHA NÓRDICA 1

O BURGO
Aula Natureza do Xardín Botánico

Martes e xoves de
10:00 a 11:00 horas

25 prazas

MARCHA NÓRDICA 2

O BURGO
Aula Natureza do Xardín Botánico

Martes e xoves de
18:00 a 19:00 horas

25 prazas

2º trimestre: xaneiro, febreiro e marzo

MARCHA NÓRDICA 3

O BURGO
Aula Natureza do Xardín Botánico

Martes e xoves de
10:00 a 11:00 horas

25 prazas

MARCHA NÓRDICA 4

O BURGO
Aula Natureza do Xardín Botánico

Martes e xoves de
18:00 a 19:00 horas

25 prazas

3º trimestre: abril, maio e xuño

MARCHA NÓRDICA 5

O BURGO
Aula Natureza do Xardín Botánico

Martes e xoves de
10:00 a 11:00 horas

25 prazas

MARCHA NÓRDICA 6

O BURGO
Aula Natureza do Xardín Botánico

Martes e xoves de
18:00 a 19:00 horas

25 prazas

ACTIVIDADES DEPORTIVAS PARA A RAPAZADA

PATINAXE

Iniciación e familiarización nesta práctica deportiva, cunha gran compoñente lúdica, para traballar as técnicas esenciais da patinaxe.

PATINAXE1
(de 6 a 9 anos)

O BURGO
Polideportivo

Luns e mércores de
17:00 a 18:00 horas

30 prazas

PATINAXE2
(de 10 a 16 anos)

O BURGO
Polideportivo

Martes e xoves de
17:00 a 18:00 horas

30 prazas

PSICOMOTRICIDADE

Busca promover un desenvolto integral nos nenos/as, abordando aspectos físicos, cognitivos, emocionais e sociais a través da práctica de actividades que estimulen a súa psicomotricidade.

PSICOMOTRICIDADE
(de 4 a 6 anos)

O BURGO
Ximnasio Polideportivo

Luns e mércores de
16:00 a 17:00 horas

10 prazas

XIMNASIA RÍTMICA

Iniciación e familiarización nesta práctica deportiva que combina movementos e música. Manipulación sinxela de elementos de traballo e expresividade.

RÍTMICA
(a partir de 6 anos)

O BURGO
Polideportivo

Martes e xoves de
16:00 a 17:00 horas

16 prazas

PREZOS

PREZO XERAL POR ACTIVIDADE E TRIMESTRE

25 euros

PREZO XERAL PERSOA NON EMPADROADAS

35 euros

BONIFICACIÓNS

Bonificación do 10 % 22,50 euros/trimestre

Menores de 18 anos
Maiores de 65 anos ou pensionistas
Discapacidade igual ou superior a 33 %
Titular de Carné Xove
Tarifa Social

Para xustificar as bonificacións será necesario achegar co formulario de matrícula os documentos que acrediten a condición que se declare: DNI, certificado de discapacidade, tarxeta de desemprego, tarxeta de familia numerosa, carné da OMVOL, Carne Xove... ou documentos equivalentes para cada caso

Bonificación do 50 % 12,50 euros/trimestre

Membro de Familia Numerosa Xeral
Membro da OMVOL
Persoas desempregadas
Tarifa Social

No caso de bonificación por Tarifa Social, será necesario informe da traballadora social de referencia, con indicación da porcentaxe de bonificación e do número de actividades ás que aplica.

Bonificación do 100 % De balde

Membro de Familia Numerosa Especial
Tarifa Social

As bonificacións son as que se recollen no Prezo público por ensinanzas e actividades educativas, culturais, deportivas e xuvenís en vigor.

As bonificacións non son acumulables; aplicarase unicamente aquela que resulte máis vantaxosa para a persoa interesada.

Con carácter xeral, só poderá aplicarse bonificación a unha actividade.

As persoas non empadroadas non poderán beneficiarse de ningunha bonificación agás no caso de pertencer ao voluntariado activo da Oficina Municipal de Voluntariado do Concello de Culleredo (OMVOL).

PARA MÁIS INFORMACIÓN

EDIFICIO DE SERVICIOS MÚLTIPLES

Rúa Ramón Cabanillas, 14

TELÉFONO

981665597

CORREO ELECTRÓNICO

escolasmunicipais@culleredo.es

