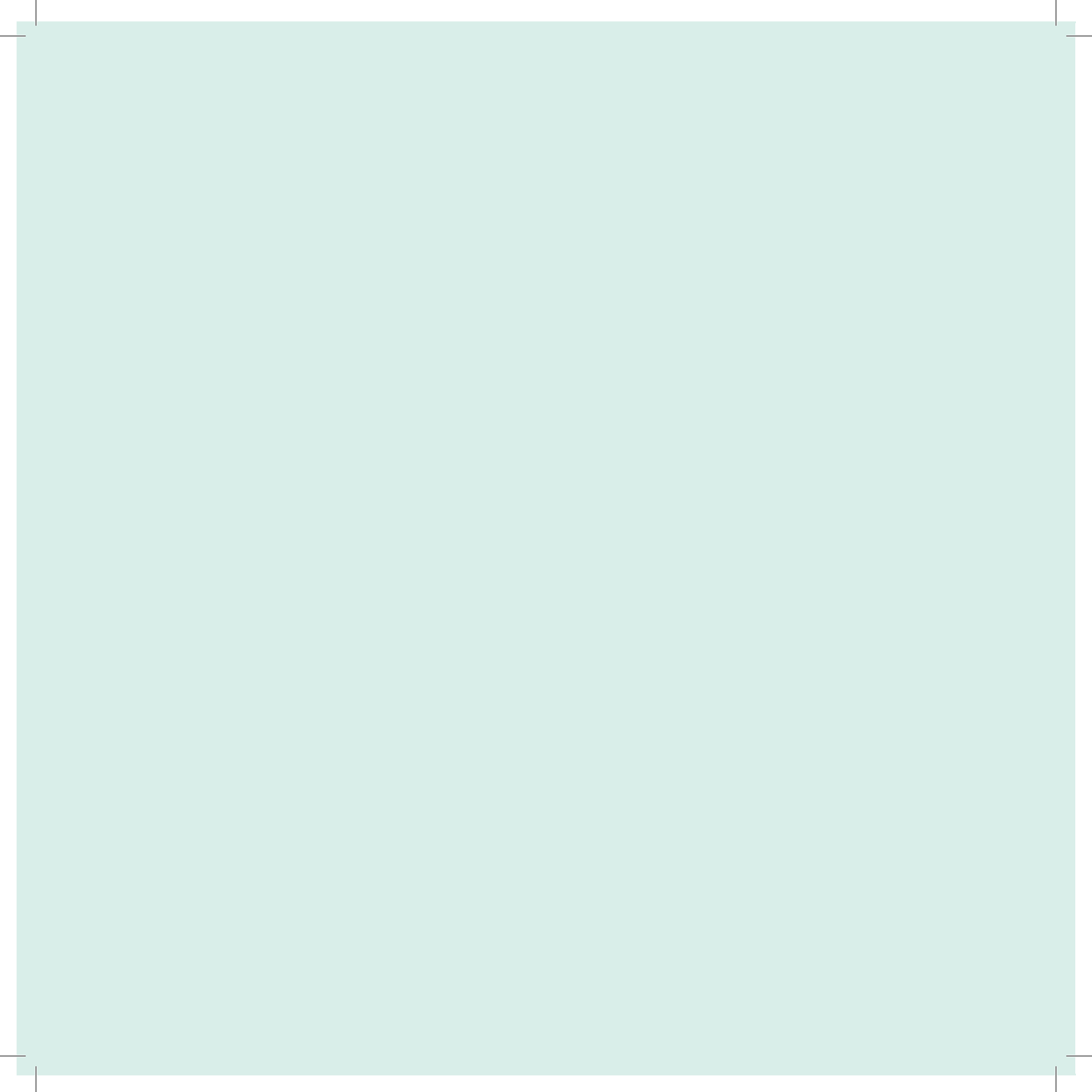


*escolas
municipais
culturais e deportivas*

Concello de Culleredo

Programación 2021 - 2022



agosto

preinscripción
do 23 de
agosto ao 8
de setembro
por correo
electrónico

23 24 25 26 27 28 29

30 31

setembro

preinscripción do 1 ao
8 de setembro pre-
sencial e por correo
electrónico

1 2 3 4 5

6 7 8 9 10 11 12

listaxe
provisional

13 14 15 16 17 18 19

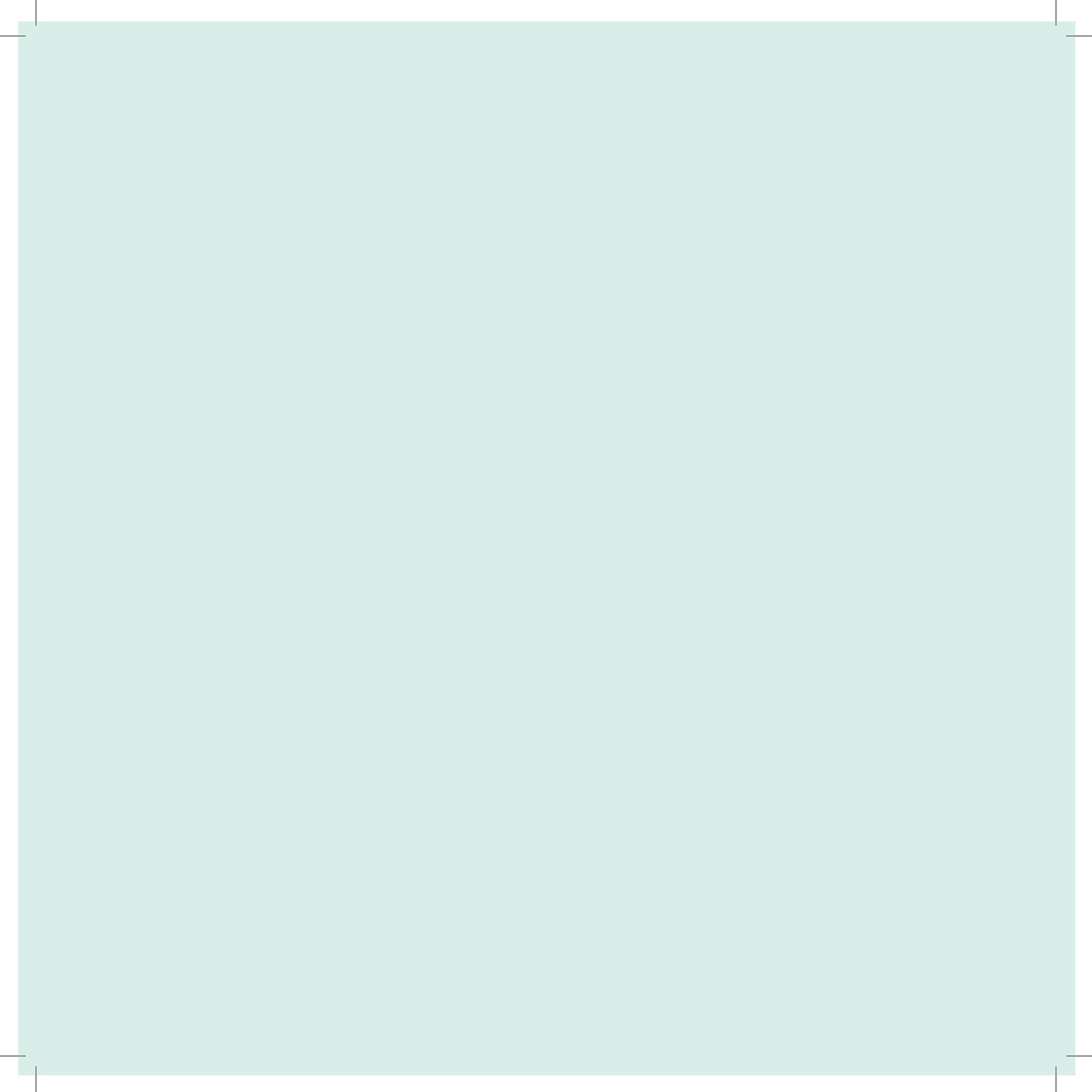
sorteo
público

20 21 22 23 24 25 26

27 28 29 30 matricula

4 outubro

comezo das escolas



Como me inscribo nas actividades culturais e deportivas?

- 1- A preinscrición constará de dous prazos, do 23 de agosto ao 8 de setembro a través do correo electrónico escolasmunicipais@culleredo.es e do 1 ao 8 de setembro de maneira presencial no Edificio de Servizos Múltiples do Burgo.
- 2- Só me poderei preinscribir por cada actividade nun horario e día.
- 3- Poderei consultar as listaxes de admisión e as definitivas no Edificio de Servizos Múltiples do Burgo e na páxina web do Concello. Debo comprobar que os meus datos persoais sexan correctos así como que fun admitid@ na actividade na que me preinscribín para poder formalizar a matrícula (se hai máis solicitudes que prazas, farase un sorteo).
- 4- Se non me matriculo, perdo a praza.
- 5- Formalizarei a matrícula entregando os impresos de domiciliación bancaria e de matrícula debidamente cubertos e asinados e presentando as fotocopias dos documentos cos que acredite as bonificacións ás que teño dereito para a súa comprobación.
- 6- Coa orde de domiciliación bancaria, pasaránseme á miña conta os recibos das cotas de cada trimestre, mentres non solicite a baixa nas actividades.
- 7- Para darme de baixa nunha actividade, presentarei un formulario de baixa nos rexistros municipais do Concello, **ANTES DO REMATE DE CADA TRIMESTRE.**
- 8- As prazas vacantes cubriranse por rigorosa orde de inscrición.
- 9- Para cada grupo, o Concello determinará un límite máximo de participantes, en función da actividade e características da instalación. O Concello resérvase o dereito a cancelar a actividade que non acade un mínimo dun 75 % de participantes.
- 10- Terán prioridade as persoas empadroadas no Concello de Culleredo.
- 11- O número de prazas, horarios e instalacións poderán sufrir modificacións en virtude da evolución dos protocolos establecidos pola COVID-19.

Edificio de Servizos Múltiples do Burgo
Rúa Ramón Cabanillas, 14
Teléfono: 981 665 597
Enderezo electrónico: escolasmunicipais@culleredo.es
Horario: de luns a venres
9:00 a 14:00

Prezo pública do trimestre e forma de pagamento

Prezo trimestral xeral por actividade - 25 euros

Prezo trimestral para persoas non empadroadas - 35 euros

Terei as seguintes bonificacións se no momento da matrícula achego as fotocopias que acrediten a miña situación.

A bonificación só se aplicará na primeira actividade.

Beneficiareime dun só desconto e este será o máis proveitoso para min.

Se non estou empadroad@ no Concello de Culleredo non me podó acoller a ningunha das bonificacións, salvo a derivada de situación de voluntariado en activo na Oficina Municipal de Voluntariado de Culleredo.

*Prezo por
trimestre*

10 % 22,50 euros

Menores de 18 anos

Maiores de 65

Ter unha
discapacidade
con grao igual ou
superior ao 33 %

Titular do Carné Xove

Tarifa social

*Prezo por
trimestre*

50 % 12,50 euros

Membro de familia
numerosa xeral

Membro da Oficina
Municipal
de Voluntariado

Atoparse en
situación
de desemprego

Tarifa social

*Prezo por
trimestre*

100 % 00,00 euros

Membro de familia
numerosa especial

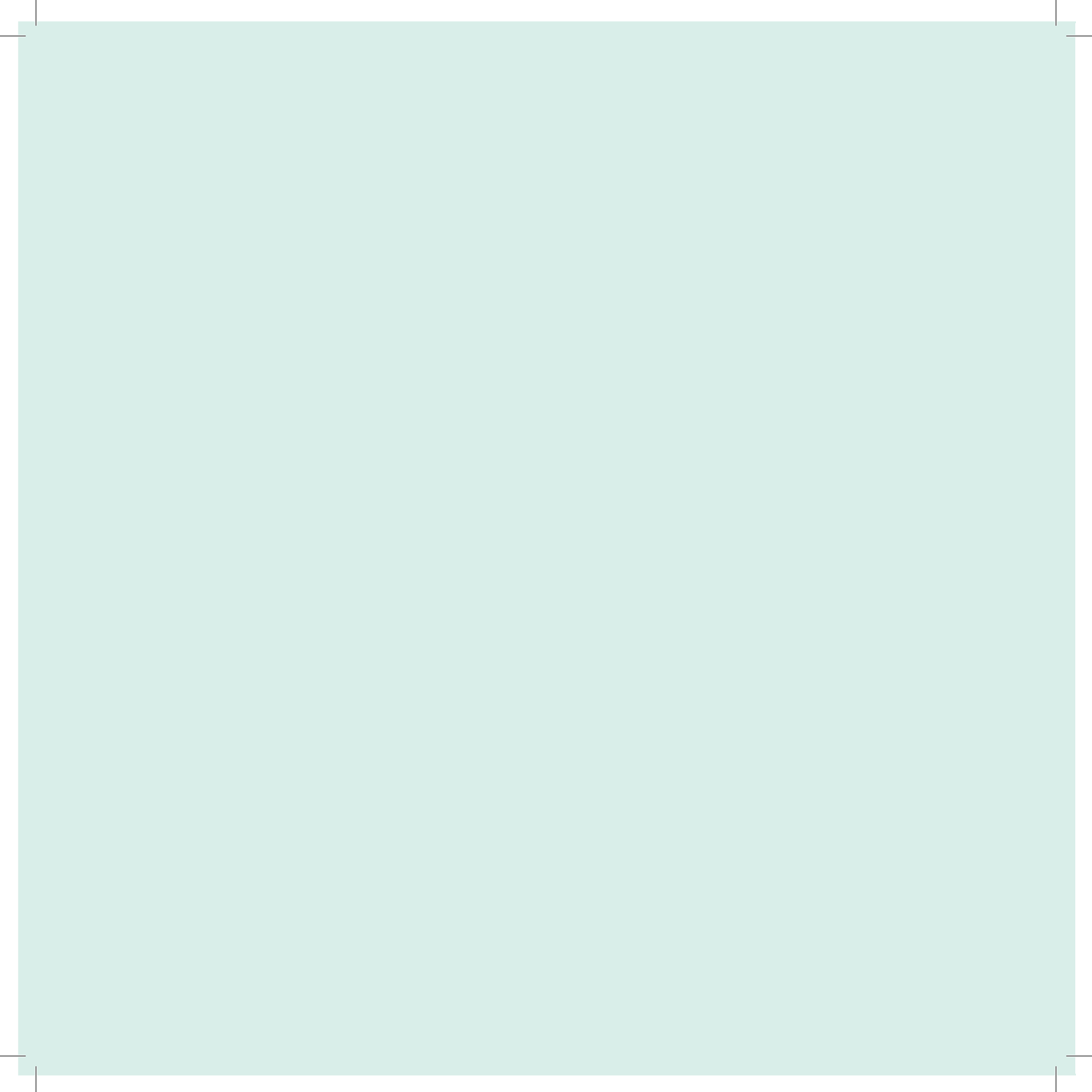
Tarifa social

*Quero saber máis...
onde podo informarme?*

Punto de información principal
durante a preinscrición
e matrícula das actividades

EDIFICIO DE SERVICIOS MÚLTIPLES
DO BURGO

Rúa Ramón Cabanillas, 14
de luns a venres
de 9:00 a 14:00 h
981 665 597
www.culleredo.es
Enderezo electrónico: escolasmunicipais@culleredo.es



Escolas
culturais
para
adult@s

Baile de salón

Iniciación ao baile de salón social, non competitivo nin deportivo.
Latinos e estándar.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--------------------------|---|----------------------------------|----------------------------------|
| Baile salón 1 | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | LUNS E MÉRCORES 20:15 a 21:15 | 10 dobres 20 indivi- duais |
| Baile salón 2 | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | LUNS E MÉRCORES 21:15 a 22:15 | 10 dobres 20 indivi- duais |
| Baile salón 3 | ALMEIRAS Centro Cultural | VENRES 20:30 a 22:30 | 10 dobres 20 indivi- duais |
| Baile salón 4 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MARTES E XOVES 18:30 a 19:30 | 10 dobres 20 indivi- duais |
| Baile salón 5 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | VENRES 20:00 a 22:00 | 6 dobres 12 indivi- duais |
| Baile salón 6 | CELAS Centro Social | VENRES 17:30 a 19:30 | 10 dobres 20 indivi- duais |

swing iniciación

Iniciación á aprendizaxe do swing,
estilo de baile co que se acompaña á música do mesmo tipo.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|---------|--|------------------------------------|--------------|
| Swing 1 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MÉRCORES E VENRES 20:30 a 21:30 | 20 prazas |

Óleo

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

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--------|---|---------------------------|--------------|
| Óleo 1 | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | MÉRCORES 18:00 a 20:00 | 15 prazas |
| Óleo 2 | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | XOVES 19:30 a 21:30 | 15 prazas |
| Óleo 3 | CASTRO-LAXE Asociación Cultural e Recreativa | MARTES 17:00 a 19:00 | 15 prazas |
| Óleo 4 | LEDOÑO Centro Social | VENRES 17:00 a 19:00 | 15 prazas |

actividades culturais para adultos

Inglés

Iniciación: descubrimento e aprendizaxe do idioma.

Perfeccionamento: comprender frases e expresións de uso frecuente e comunicación en tarefas simples e cotiás.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|-------------------------------------|---|---------------------------------|--------------|
| Inglés 1 iniciación | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | MARTES E XOVES 19:30 a 20:30 | 20 prazas |
| Inglés 2 perfeccionamento | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | MARTES E XOVES 20:30 a 21:30 | 20 prazas |

Guitarra

Iniciación e avance no manexo deste instrumento. Técnicas básicas.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--|---|---------------------------|--------------|
| Guitarra 1 iniciación | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | VENRES 19:30 a 21:30 | 15 prazas |
| Guitarra 2 perfeccionamento a partir de 16 anos | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | MÉRCORES 19:30 a 21:30 | 15 prazas |

Obradoiros de artesanía galega

Iniciación á cestería, cerámica e macramé.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--------------------|--|-------------------------|--------------|
| Artesanía galega 1 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MARTES 10:30 a 12:30 | 20 prazas |
| Artesanía galega 2 | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | XOVES 19:30 a 21:30 | 20 prazas |
| Artesanía galega 3 | TARRÍO Centro Social O Noso Lar | Venres 18:30 a 20:30 | 20 prazas |

Labores, agulla e fío

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

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|------------|---|--------------------------|--------------|
| Xuntarte 1 | BOEDO Centro Social | LUNS 19:00 a 21:00 | 12 prazas |
| Xuntarte 2 | BREGUA Centro Social | SÁBADOS 17:00 a 19:00 | 12 prazas |
| Xuntarte 3 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | XOVES 10:15 a 12:15 | 12 prazas |

actividades culturais para adultos

Informática de 18 a 64 anos

Iniciación: control básico do ordenador, non é necesario ter ningún coñecemento previo.

Perfeccionamento: é preciso ter coñecementos básicos de Windows, navegación en internet, control do rato, creacións de carpetas...

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--|---|----------------------------------|--------------|
| Informática 1 iniciación | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | LUNS E MÉRCORES 19:30 a 20:30 | 15 prazas |
| Informática 2 perfeccionamento | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | VENRES 17:30 a 19:30 | 15 prazas |
| Informática 3 iniciación | VILABOA Sala Pintora María Cagiao | MARTES E XOVES 18:00 a 19:00 | 9 prazas |
| Informática 4 perfeccionamento | VILABOA Sala Pintora María Cagiao | MARTES E XOVES 19:00 a 20:00 | 9 prazas |

Informática maiores 65

Iniciación: control básico do ordenador, non é necesario ter ningún coñecemento previo.

Perfeccionamento: é preciso ter coñecementos básicos de Windows, navegación en internet, control do rato, creacións de carpetas...

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--|---|----------------------------------|--------------|
| Informática 5 iniciación | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | VENRES 10:30 a 12:30 | 15 prazas |
| Informática 6 perfeccionamento | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | LUNS E MÉRCORES 20:30 a 21:30 | 15 prazas |
| Informática 7 iniciación | VILABOA Sala Pintora María Cagiao | MARTES E XOVES 11:30 a 12:30 | 9 prazas |
| Informática 8 perfeccionamento | VILABOA Sala Pintora María Cagiao | MARTES E XOVES 20:00 a 21:00 | 9 prazas |

actividades culturais para adultos

Conéctate

Para sacarlle partido ao móbil e á tableta: manexo de contactos, internet, Whatsapp, redes sociais, correo electrónico, uso da cámara de fotos.

1º TRIMESTRE OUTUBRO, NOVEMBRO E DECEMBRO

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--------------------------|-----------------------------|---------------------------|--------------|
| Smart móbil 1 | ORRO Centro Social | MÉRCORES 16:30 a 18:30 | 10 prazas |
| Smart móbil 2 | ALMEIRAS Centro Cultural | LUNS 16:00 a 18:00 | 10 prazas |

2º TRIMESTRE XANEIRO, FEBREIRO E MARZO

| | | | |
|--------------------------|---|---------------------------|--------------|
| Smart móbil 3 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | MARTES 11:30 a 13:30 | 10 prazas |
| Smart móbil 4 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MÉRCORES 10:30 a 12:30 | 10 prazas |

3º TRIMESTRE ABRIL, MAIO E XUÑO

| | | | |
|--------------------------|---|---------------------------|--------------|
| Smart móbil 5 | CASTELO Centro Social | MÉRCORES 18:00 a 20:00 | 10 prazas |
| Smart móbil 6 | VILABOA PR. SAGRADA FAMILIA Centro Social Emilia Calé Torres | LUNS 18:30 a 20:30 | 10 prazas |

Patchwork

Iniciación na técnica do patchwork.

**Patchwork
1**

**Patchwork
2**

| LUGAR | HORA | PRAZAS |
|-----------------------------|------------------------|--------------|
| ALMEIRAS Centro Cultural | XOVES 16:00 a 18:00 | 15 prazas |
| ALMEIRAS Centro Cultural | XOVES 18:00 a 20:00 | 15 prazas |

Fotografía dixital

Iniciación: ao manexo básico dunha cámara.
Perfeccionamento: coñecementos sobre o manexo básico da cámara, os seus modos e funcións.

**Foto 1
iniciación**

**Foto 2
perfeccionamento**

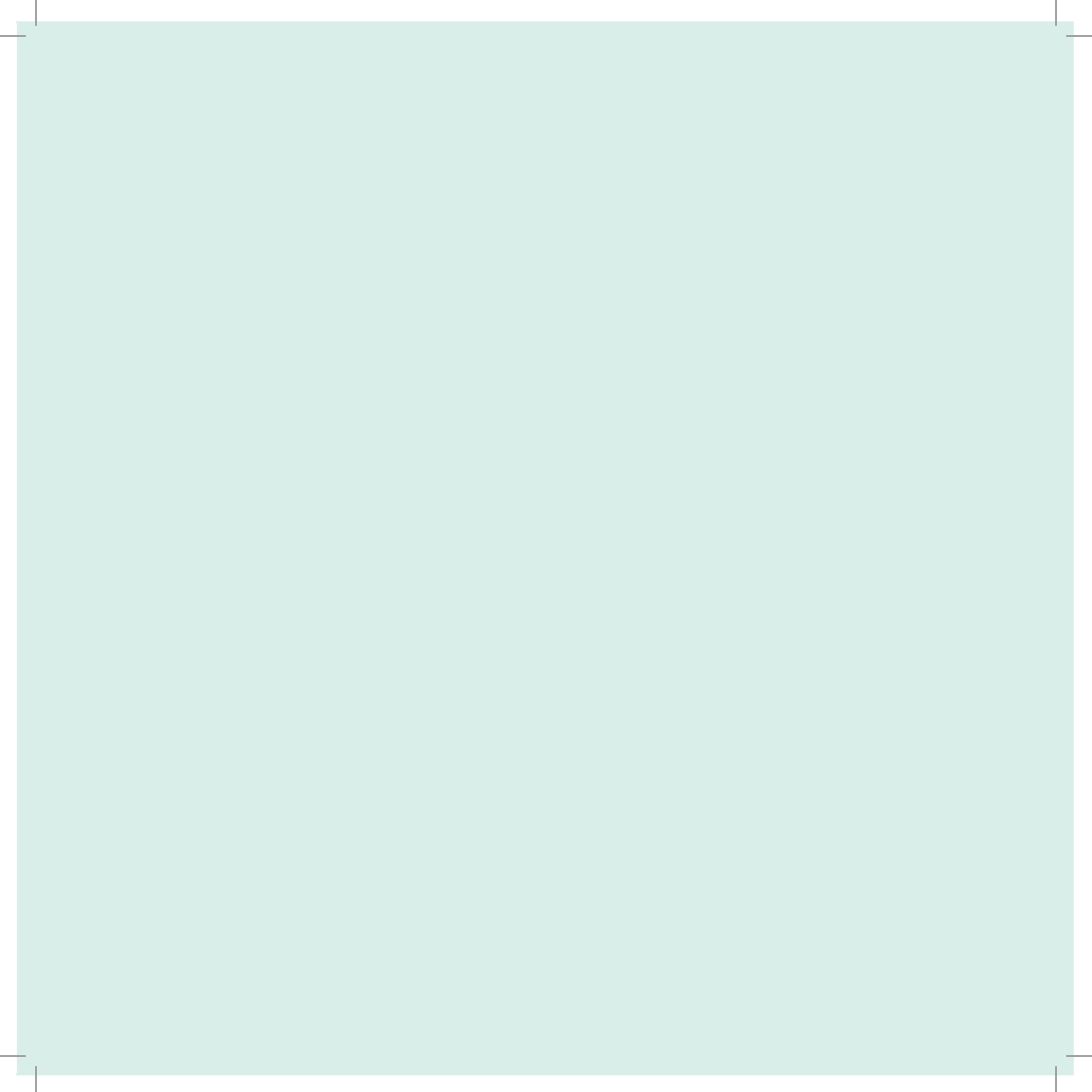
| LUGAR | HORA | PRAZAS |
|---|-------------------------|--------------|
| O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | MARTES 19:30 a 21:30 | 15 prazas |
| O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | XOVES 19:30 a 21:30 | 15 prazas |

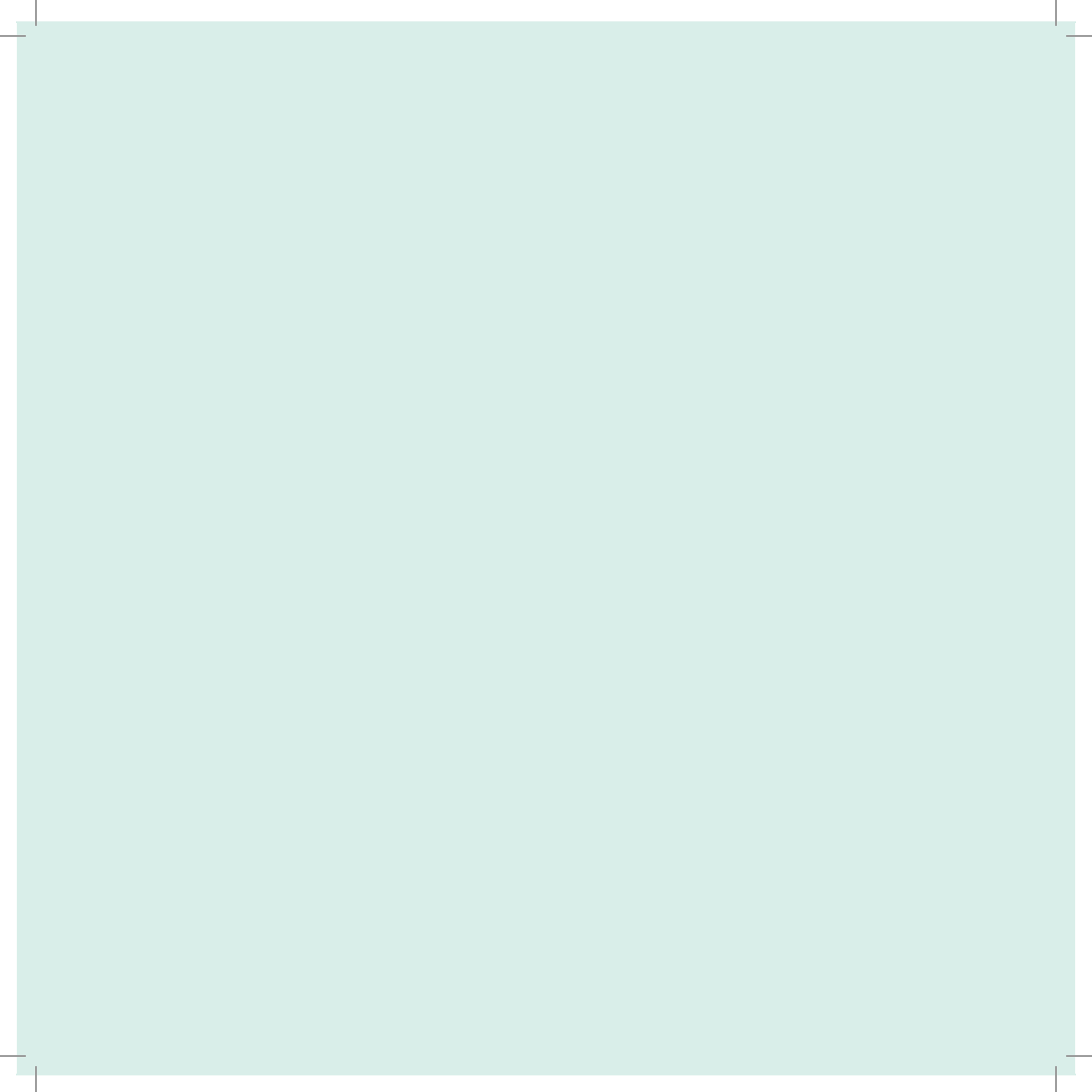
actividades culturais para adultos

Confección

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

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|-------------------------|---|---------------------------|--------------|
| Confección 1 | O BURGO Centro Pablo Picasso | LUNS 10:00 a 12:00 | 14 prazas |
| Confección 2 | O BURGO Centro Pablo Picasso | LUNS 12:00 a 14:00 | 14 prazas |
| Confección 3 | O BURGO Centro Pablo Picasso | LUNS 16:00 a 18:00 | 14 prazas |
| Confección 4 | O BURGO Centro Pablo Picasso | MARTES 19:00 a 21:00 | 14 prazas |
| Confección 5 | O BURGO Centro Pablo Picasso | MÉRCORES 10:00 a 12:00 | 14 prazas |
| Confección 6 | VILABOA PR. SAGRADA FAMILIA Centro Social Emilia Calé Torres | XOVES 16:30 a 18:30 | 14 prazas |





Escolas
culturais
para
nen@s

Debuxo e pintura

Iniciación e desenvolvemento das nocións básicas do debuxo e composicións. Experiencia expresiva adaptada ás súas idades.

Debuxo e pintura
(de 5 a 12 anos)

| LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--|-------------------------|--------------|
| CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | MARTES 17:00 a 19:00 | 15 prazas |

Informática

Desde 7 anos. Iniciación no uso dun ordenador: documento de texto, correo electrónico...

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|------------------------------------|---|----------------------------------|--------------|
| Informática 9 iniciación | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | LUNS E MÉRCORES 17:30 a 18:30 | 15 prazas |

Baile

Iniciación á expresión artística por medio de xestos e movementos rítmicos, seguindo diferentes ritmos: clásica, moderna, contemporánea...

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|------------------------------------|--|---------------------------------|--------------|
| Baile 1 (de 4 a 7 anos) | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | MARTES E XOVES 17:00 a 18:00 | 15 prazas |
| Baile 2 (de 8 a 12 anos) | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | MARTES E XOVES 18:00 a 19:00 | 15 prazas |

Bailes urbanos

Iniciación a bailes urbanos por medio de xestos e movementos hip hop, funk...

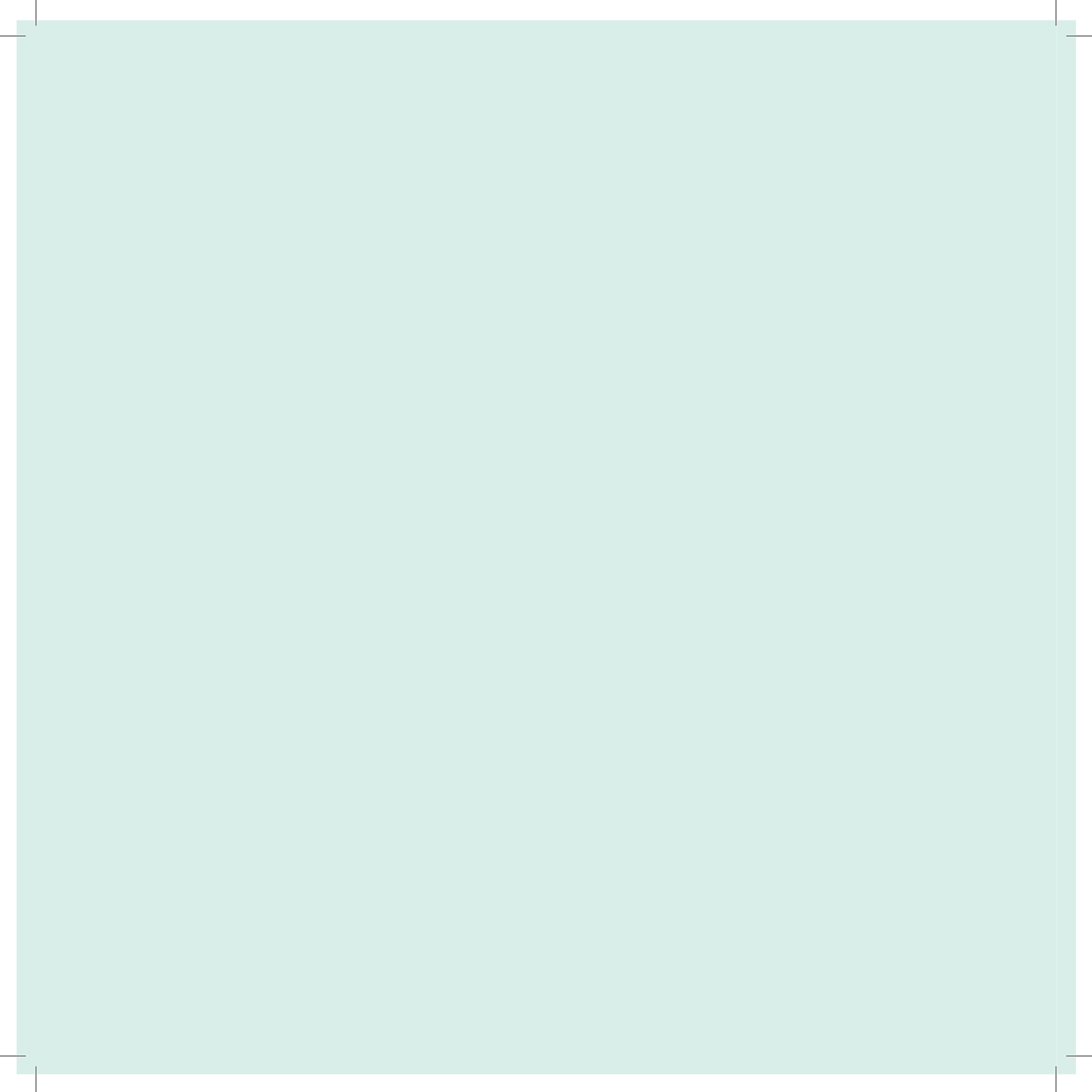
| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|---|--|---------------------------|--------------|
| Baile urbano 1 (de 4 a 9 anos) | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MÉRCORES 16:00 a 18:00 | 15 prazas |
| Baile urbano 2 (de 9 a 12 anos) | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MÉRCORES 18:15 a 20:15 | 15 prazas |

Guitarra

Desde 7 a 15 anos. Iniciación e avance no manexo deste instrumento.
Técnicas básicas.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|---------------------------------------|---|---------------------------|--------------|
| Guitarra 3 iniciación | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | VENRES 17:30 a 19:30 | 15 prazas |
| Guitarra 4 perfeccionamento | O BURGO Edificio de Servizos Múltiples | MÉRCORES 17:30 a 19:30 | 15 prazas |

actividades culturais para nen@s



Escolas
deportivas
para
adult@s

Ximnasia de mantemento

Actividade que axuda a mover o corpo en condicións óptimas (flexibilidade, axilidade) e educación postural co uso de diferentes técnicas.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------|
| Ximnasia mantemento 1 | TARRÍO CEIP Tarrío | LUNS E MÉRCORES 19:00 a 20:00 | 21 prazas |
| Ximnasia mantemento 2 | O BURGO CEIP Isaac Díaz Pardo | MARTES E XOVES 19:00 a 20:00 | 21 prazas |
| Ximnasia mantemento 3 | O BURGO CEIP Isaac Díaz Pardo | MARTES E XOVES 20:00 a 21:00 | 21 prazas |
| Ximnasia mantemento 4 | O BURGO CEIP Isaac Díaz Pardo | MARTES E XOVES 21:00 a 22:00 | 21 prazas |

Ritmo Zum Fitness

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

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|-------------|-----------------------------------|----------------------------------|--------------|
| Ritmo Zum 1 | VILABOA Polideportivo-ximnasio | LUNS E MÉRCORES 20:00 a 21:00 | 16 prazas |
| Ritmo Zum 2 | ALMEIRAS Polideportivo | MARTES E XOVES 10:30 a 11:30 | 21 prazas |
| Ritmo Zum 3 | CELAS Centro Social | LUNS E MÉRCORES 21:20 a 22:20 | 13 prazas |
| Ritmo Zum 4 | ALMEIRAS Centro Cultural | MARTES E XOVES 20:15 a 21:15 | 11 prazas |

actividades deportivas para adultos

Pilates

Iniciación a este método, onde o aliñamento e estabilización do corpo, así como a correcta respiración, son os seus principais obxectivos.

| | LUGAR | HORA | PAZAS |
|------------------|--|------------------------------------|--------------|
| Pilates 1 | O BURGO CEIP Isaac Díaz Pardo | LUNS E MÉRCORES 19:30 a 20:30 | 18 prazas |
| Pilates 2 | O BURGO CEIP Isaac Díaz Pardo | LUNS E MÉRCORES 20:30 a 21:30 | 18 prazas |
| Pilates 3 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MARTES E XOVES 11:00 a 12:00 | 14 prazas |
| Pilates 4 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MARTES E XOVES 21:00 a 22:00 | 14 prazas |
| Pilates 5 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MÉRCORES E VENRES 11:00 a 12:00 | 14 prazas |
| Pilates 6 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | LUNS E MÉRCORES 21:00 a 22:00 | 14 prazas |
| Pilates 7 | CELAS Centro Social | MARTES E VENRES 20:00 a 21:00 | 14 prazas |
| Pilates 8 | CELAS Centro Social | MARTES E VENRES 21:00 a 22:00 | 14 prazas |
| Pilates 9 | ORRO Centro Social | LUNS E MÉRCORES 19:00 a 20:00 | 14 prazas |

Ioga

Iniciación a un método que traballa corpo, mente e respiración de forma integral.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--------|---|----------------------------------|--------------|
| Ioga 1 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | MARTES E XOVES 10:00 a 11:00 | 12 prazas |
| Ioga 2 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | LUNS E MÉRCORES 18:30 a 19:30 | 12 prazas |
| Ioga 3 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | MARTES E XOVES 20:00 a 21:00 | 12 prazas |
| Ioga 4 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | MARTES E XOVES 21:00 a 22:00 | 12 prazas |
| Ioga 5 | SÉSAMO Centro Social | LUNS E MÉRCORES 20:00 a 21:00 | 12 prazas |
| Ioga 6 | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | MARTES E XOVES 20:00 a 21:00 | 19 prazas |
| Ioga 7 | CORDEDA Sala Victoria Díaz Cabanela | MARTES E XOVES 21:00 a 22:00 | 19 prazas |

actividades deportivas para adultos

Ximnasia +65

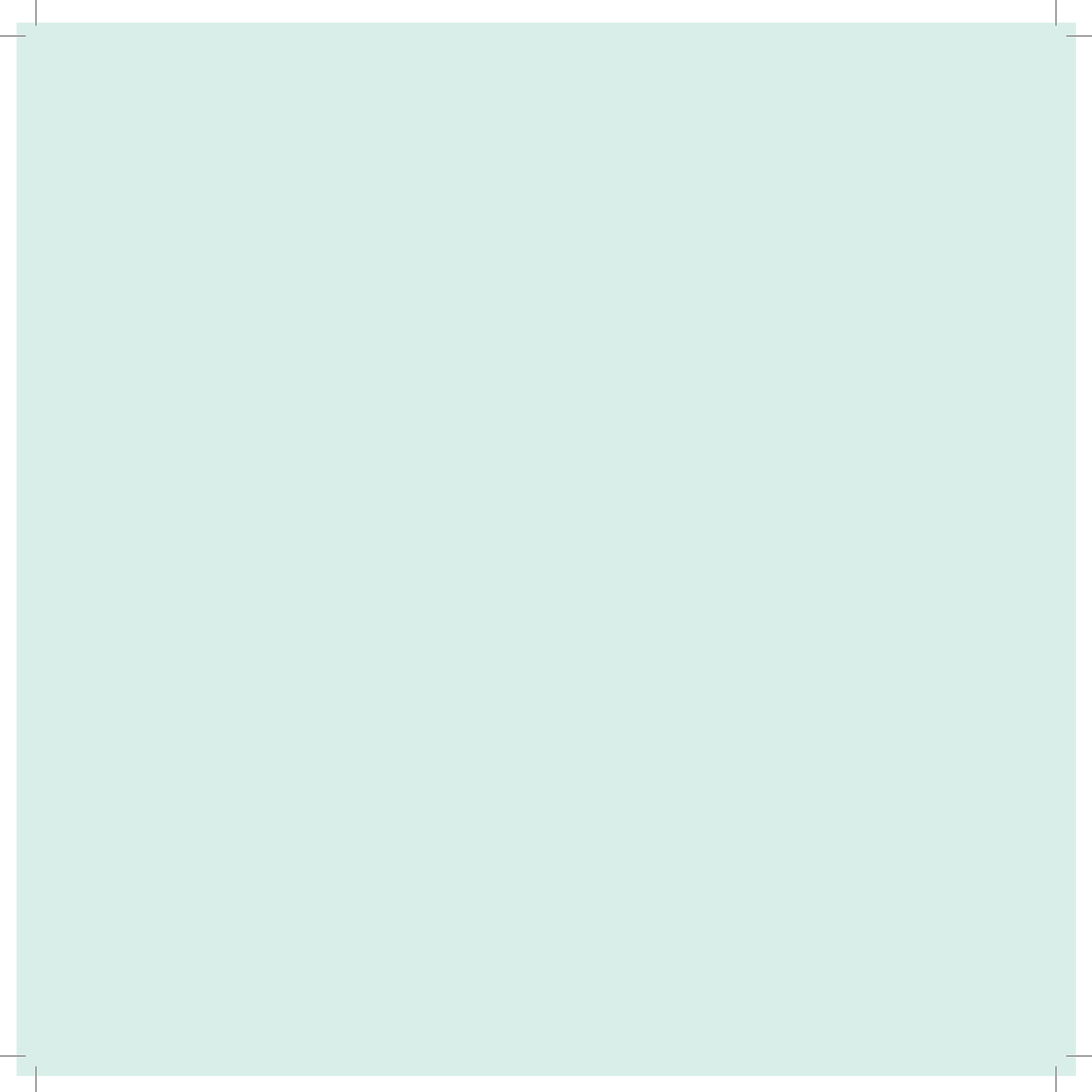
Actividade física saudable para a poboación de máis de 65 anos.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|-------------------|--|----------------------------------|--------------|
| Ximnasia +65 1 | ALMEIRAS Polideportivo | LUNS E MÉRCORES 18:00 a 19:00 | 20 prazas |
| Ximnasia +65 2 | CELAS Centro Cultural | LUNS E MÉRCORES 18:00 a 19:00 | 14 prazas |
| Ximnasia +65 3 | CELAS Centro Cultural | LUNS E MÉRCORES 19:20 a 20:20 | 14 prazas |
| Ximnasia +65 4 | LEDOÑO Centro Social | LUNS E MÉRCORES 18:20 a 19:20 | 10 prazas |
| Ximnasia +65 5 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MARTES E XOVES 16:00 a 17:00 | 16 prazas |
| Ximnasia +65 6 | FONTECULLER Centro Cívico Virginia Blanco | MARTES E XOVES 17:10 a 18:10 | 16 prazas |

Ximnasia +65

| | LUGAR | HORA | PAZAS |
|---------------------------|---|----------------------------------|--------------|
| Ximnasia +65 7 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | MARTES E XOVES 17:15 a 18:15 | 16 prazas |
| Ximnasia +65 8 | COSTA DA LONXA Sala Celia e Esperanza Brañas Fernández | MARTES E XOVES 16:30 a 17:30 | 16 prazas |
| Ximnasia +65 9 | ORRO Centro Social | MARTES E XOVES 09:45 a 10:45 | 16 prazas |
| Ximnasia +65 10 | SUEIRO Centro Social | LUNS E MÉRCORES 17:15 a 18:15 | 10 prazas |
| Ximnasia +65 11 | TARRÍO Pavillón do CEIP | MARTES E XOVES 18:10 a 19:10 | 18 prazas |
| Ximnasia +65 12 | VILABOA Centro Cultural | MARTES E XOVES 16:00 a 17:00 | 20 prazas |
| Ximnasia +65 13 | BREGUA Centro Cívico | MARTES E XOVES 18:30 a 19:30 | 12 prazas |

actividades de peurtivas para adultos



Escolas
deportivas
para
nen@s

Patinaxe artística

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

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|--------------------------------------|--------------------------|----------------------------------|--------------|
| Patinaxe 1 de 5 a 10 anos | O BURGO Polideportivo | LUNS E MÉRCORES 17:00 a 18:00 | 27 prazas |
| Patinaxe 2 de 5 a 10 anos | O BURGO Polideportivo | MARTES E XOVES 17:00 a 18:00 | 27 prazas |
| Patinaxe 3 de 11 a 16 anos | O BURGO Polideportivo | LUNS E MÉRCORES 18:00 a 19:00 | 27 prazas |

Ximnasia rítmica

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

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|------------------------------------|--------------------------|----------------------------------|--------------|
| Rítmica 1 de 4 a 10 anos | VILABOA Polideportivo | LUNS E MÉRCORES 16:00 a 17:00 | 25 prazas |
| Rítmica 2 de 8 a 15 anos | VILABOA Polideportivo | LUNS E MÉRCORES 17:30 a 18:30 | 25 prazas |

Kárate

Iniciación ao kárate traballando habilidades e destrezas. Procedementos, conceptos e actitudes adaptadas ás súas idades.

| | LUGAR | HORA | PRAZAS |
|------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|--------------|
| Kárate 1 de 4 a 10 anos | O BURGO Polideportivo | MARTES E XOVES 16:00 a 17:00 | 18 prazas |
| Kárate 2 de 10 a 13 anos | O BURGO Polideportivo | MARTES E XOVES 16:00 a 17:00 | 18 prazas |
| Kárate 3 de 14 a 16 anos | O BURGO Polideportivo | MARTES E XOVES 18:00 a 19:00 | 18 prazas |

actividades deportivas para nen@s

