

Actividades municipais

Concello de Culleredo



PARA MÁIS INFORMACIÓN

www.culleredo.es
servizos.sociais@culleredo.es
cultura@culleredo.es
deportes@culleredo.es



PROGRAMACIÓN 2017 - 2018



AS DATAS

Calendar



CÓMO PODO PARTICIPAR

NAS ACTIVIDADES CULTURAIS, DEPORTIVAS E DE BENESTAR E SAÚDE?

PREINSCRICIÓN E MATRÍCULA EN 10 PASOS

PASO 1. Só me poderei preinscribir nun horario e día para a mesma actividade. Lembrarei que cada actividade ten un número limitado de prazas e que, de existir exceso de solicitudes, éstas serán adxudicadas mediante sorteo público.

PASO 2. Obterei os dous IMPRESOS DE PREINSCRICIÓN, tanto para as Escolas deportivas e culturais, como para as Actividades de Benestar e Saúde na páxina web do Concello (www.culleredo.es) ou en calquera dos seguintes edificios municipais:

EDIFICIO DE SERVIZOS MÚLTIPLES DO BURGO

📍 RÚA RAMÓN CABANILLAS, 14
🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
☎ 981 665 597

CENTRO MUNICIPAL DE SERVIZOS SOCIAIS DO BURGO

📍 RÚA COSTA DA LONXA, 7, BAIXO
🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
☎ 981 654 570

CENTRO MUNICIPAL DE SERVIZOS SOCIAIS DE VILABOA

📍 RÚA ALCALDE DOMINGO SIERRA, EDIFICIO MIRADOR
🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
☎ 981 660 079

CENTRO CÍVICO MUNICIPAL VIRGINIA BLANCO DE FONTECULLER

📍 PLAZA DE STA. GEMA, S/N
🕒 LUNS - VENRES | 17:00 - 21:00
☎ 881 066 680

CASA CONSISTORIAL

📍 RÚA DO CONCELLO, 12
🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
☎ 981 677 777

PAZO DE VILA MELANIA VILABOA

📍 AVENIDA DE VILABOA, 44
🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
☎ 981 650 077

Inscripciones

PASO 3. Cubrirei todos os datos que se requiren nun ou noutro impreso, ou en ambos os dous, sinalando as actividades que solicito tal e como se anuncian neste folleto. Declararei nel tamén a condición que creo cumprir para obter unha bonificación do prezo público establecido. Achegarei para ilo, grampada ao impreso, a fotocopia do documento que acredita a devandita condición.

¿QUE É A TARIFA SOCIAL?

Se non dispoño de ingresos suficientes para poder aboar a actividade na que desexo participar, marcarei esta condición no impreso de preinscrición, sinalando unha das seguintes situacións:

- A** Que teño pedida unha cita coa traballadora social do centro municipal de servizos sociais que me corresponde polo meu domicilio ou ben
- B** Que xa achego o *informe social* que ela me tivera facilitado a estes efectos tras a valoración das miñas circunstancias persoais ou sociofamiliares

Segundo estas, aplicárase, se procede, unha porcentaxe de bonificación do 10%, 50% ou 100% unicamente na primeira actividade solicitada.

PASO 4. Entregarei todo isto no REXISTRO MUNICIPAL en:

REXISTRO XERAL CASA CONSISTORIAL	📍 RÚA DO CONCELLO, 12 🕒 LUNS - VENRES 09:00 - 14:00 ☎ 981 677 777
REXISTRO AUXILIAR EDIFICIO DE SERVIZOS MÚLTIPLES DO BURGO	📍 RÚA RAMÓN CABANILLAS, 14 🕒 LUNS - VENRES 09:00 - 14:00 ☎ 981 665 597

PASO 5. O día 22 de setembro deberei comprobar nas LISTAS PROVISIONAIS DE PREINSCRICIÓN que os meus datos persoais son os corretos, así como que fun admitida/o nas actividades nas que me preinscribín para a formalización posterior da matrícula. Estas listas estarán expostas en:

EDIFICIO DE SERVIZOS MÚLTIPLES DO BURGO | CENTROS DE SERVIZOS SOCIAIS | PÁXINA WEB DO CONCELLO

PASO 6. Tras o sorteo público a celebrar o día 26 de setembro no Edificio de Servizos Múltiples de O Burgo, comprobarei nos mesmos puntos de información nas LISTAS DE ADMISIÓN PARA MATRICULARSE, que se publicarán o 2 de outubro, que podo matricularme en todas as actividades que solicitei.

PASO 7. Entón formalizarei definitivamente a matrícula do seguinte xeito:

PARA AS ACTIVIDADES DE BENESTAR E SAÚDE

Recollerei no Centro de Servizos Sociais Municipais do Burgo, nas datas que se sinalen nas listas, o meu IMPRESO de *matrícula personalizado* xa COS MEUS DATOS xunto cunha *Orde de domiciliación bancaria* para cubrir.

PARA AS ESCOLAS CULTURAIS E DEPORTIVAS

Recollerei no Edificio de Servizos Múltiples do Burgo un IMPRESO de *matrícula en blanco* xunto cunha *Orde de domiciliación bancaria* para cubrir.

PASO 8. Asinarei os Impresos de Matrícula e as Ordes bancarias e as entregarei de novo no REXISTRO MUNICIPAL dentro do PRAZO DE MATRÍCULA que vai do 2 ao 5 de outubro. Neste prazo poderei renunciar tamén a algunha actividade na que estea admitido/a pero xa non me interese e poderei alegar algunha nova condición para bonificar no prezo.

PASO 9. Lembrarei que se non me matriculo REXISTRANDO o IMPRESO de matrícula e a Orde bancaria neste prazo perderei a praza aínda que o meu nome tivera aparecido nas primeiras listas provisionais de preinscrición.

PASO 10. O día 11 poderei consultar nos mesmos puntos de publicación das listas anteriores, as LISTAS DEFINITIVAS de persoas matriculadas coas prazas que fican baleiras en cada actividade e que poderán solicitarse directamente os días 13 de outubro mediante a entrega dun *impreso de matrícula* no rexistro municipal. A adxudicación destas prazas farase por rigorosa orde de entrada no rexistro municipal. A recollida dos impresos correspondentes tal e como xa se sinalou nos PASOS 7 e 8.

- Mediante a orde de domiciliación pasarán ao cobro na miña conta bancaria cada trimestre o prezo público estipulado namentres non solicite a baixa nalgunha ou en todas as actividades.
- Para darme de baixa nunha actividade, asinarei un impreso específico que obterei nos mesmos puntos que os impresos de matrícula e o entregarei no rexistro municipal do concello, antes do remate de cada trimestre.
- Terán prioridade sempre na admisión as persoas empadroadas no Concello de Culleredo.
- No caso das actividades "Actívate" e Ximnasia Terapéutica será requisito a presentación dun informe médico que reflecta o diagnóstico que na actividade se require.
- O Concello resérvase o dereito a cancelar a actividade que non acade un mínimo de 6 participantes

PREZO PÚBLICO E FORMA DE PAGAMENTO

PREZO TRIMESTRAL POR ACTIVIDADE

PERSOAS EMPADROADAS | 25 euros

PERSOAS NON EMPADROADAS | 35 euros

BONIFICACIÓNS exclusivamente na PRIMEIRA ACTIVIDADE, sexa ésta de cultura, deportes ou benestar e saúde e só se aplicará un tipo de bonificación, a máis beneficiosa.

10% 22,50€
POR TRIMESTRE

- Menor de 18 anos
- Maior de 65
- Ter una discapacidade con grao igual ou superior ao 33%
- Socio/a do Club municipal +65
- Titular do Carné Xove
- Tarifa social 10%

50% 12,50€
POR TRIMESTRE

- Membro de familia numerosa xeral
- Membro da Oficina Municipal de voluntariado de Culleredo
- Atoparse en situación de desemprego
- Tarifa social 50%

100% 00,00€
POR TRIMESTRE

- Membro de familia numerosa especial
- Tarifa social 100%

Ás persoas non empadroadas en Culleredo só lles será de aplicación a bonificación de voluntariado. As tarifas rexiranse polas ordenanzas municipais de prezo público en vigor relativas á participación en actividades municipais.

ONDE PODO INSCRIBIRME

A presentación de solicitudes poderá realizarse no Rexistro Xeral e no Rexistro Auxiliar do Concello de Culleredo ou en calquera das formas establecidas no artigo 19 da Lei 39/2015, do 1 de outubro, do procedemento administrativo común das administracións públicas.

REXISTROS DO CONCELLO DE CULLEREDO

🕒 DE LUNS A VENRES | 09:00 - 14:00

QUERES SABER MÁIS?

PUNTOS DE INFORMACIÓN



Punto de información principal durante a preinscrición de todas as actividades

EDIFICIO DE SERVIZOS MÚLTIPLES DO BURGO

SEDE DO REXISTRO AUXILIAR

- 📍 RÚA RAMÓN CABANILLAS, 14
- 🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
- ☎ 981 665 597



Información exclusiva de actividades de Benestar e Saúde

EDIFICIO DE SERVIZOS SOCIAIS DO BURGO

- 📍 RÚA COSTA DA LONXA, 7 BAIXO
- 🕒 LUNS - VENRES | 09:00 - 14:00
- ☎ 981 654 570

OU NA NOSA PÁXINA WEB

🖱 WWW.CULLEREDO.ES

Óleo

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

ÓLEO 1	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 MÉRCORES 18.00 - 20.00	15 PRAZAS
ÓLEO 2	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 XOVES 19.30 - 21.30	15 PRAZAS
ÓLEO 3	📍 CASTRO - LAXE ASOC. CULTURAL E RECREATIVA	🕒 MARTES 17.00 - 19.00	15 PRAZAS
ÓLEO 4	📍 LEDOÑO CENTRO SOCIAL	🕒 VENRES 17.00 - 19.00	15 PRAZAS



Baile de salón

Iniciación a un programa de aprendizaxe de baile de salón social, non competitivo nin deportivo. Latinos e estándar.

BAILE SALÓN 1	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 LUNS E MÉRCORES 20.15 - 21.15	10 PRAZAS DOBRES (20 PRAZAS INDIVIDUAIS)
BAILE SALÓN 2	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 LUNS E MÉRCORES 21.15 - 22.15	10 PRAZAS DOBRES (20 PRAZAS INDIVIDUAIS)
BAILE SALÓN 3	📍 RUTIS - VILABOA CENTRO CULTURAL	🕒 MÉRCORES E VENRES 20.30 - 21.30	10 PRAZAS DOBRES (20 PRAZAS INDIVIDUAIS)
BAILE SALÓN 4	📍 ALMEIRAS CENTRO CULTURAL	🕒 VENRES 20.30 - 22.30	10 PRAZAS DOBRES (20 PRAZAS INDIVIDUAIS)
BAILE SALÓN 5	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 MARTES E XOVES 18.30 - 19.30	10 PRAZAS DOBRES (20 PRAZAS INDIVIDUAIS)
BAILE SALÓN 6	📍 COSTA DA LONXA SALA CELIA E ESPERANZA BRAÑAS FDEZ.	🕒 VENRES 20.00 - 22.00	6 PRAZAS DOBRES (20 PRAZAS INDIVIDUAIS)





Inglés

Iniciación e avance no descubrimento e aprendizaxe deste idioma.

INGLÉS 1 INICIACIÓN	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MARTES E XOVES 19.30 - 20.30	20 PRAZAS
INGLÉS 2 PERFECCIONAMENTO	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MARTES E XOVES 20.30 - 21.30	20 PRAZAS

Manualidades

Iniciación en diferentes técnicas expresivas.

MANUALIDADES 1	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 MARTES 10.30 - 12.30	20 PRAZAS
MANUALIDADES 2	📍 CASTRO - LAXE ASOC. CULTURAL E RECREATIVA	🕒 XOVES 17.00 - 19.00	20 PRAZAS
MANUALIDADES 3	📍 CULLEREDO CENTRO SOCIAL O NOSO LAR	🕒 VENRES 18.30 - 20.30	20 PRAZAS



Informática

Iniciación ou perfeccionamento no manexo dun ordenador: documentos de texto, correo electrónico...

INFORMÁTICA 1	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MARTES E XOVES 10.00 - 11.00	15 PRAZAS
INFORMÁTICA 2	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MARTES E XOVES 11.00 - 12.00	15 PRAZAS
INFORMÁTICA 3	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 LUNS E MÉRCORES 18.30 - 19.30	15 PRAZAS
INFORMÁTICA 4	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 LUNS E MÉRCORES 19.30 - 20.30	15 PRAZAS
INFORMÁTICA 5	📍 VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	🕒 LUNS E MÉRCORES 9.30 - 10.30	9 PRAZAS
INFORMÁTICA 6	📍 VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	🕒 LUNS E MÉRCORES 10.30 - 11.30	9 PRAZAS
INFORMÁTICA 7	📍 VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	🕒 MARTES E XOVES 19.00 - 20.00	9 PRAZAS
INFORMÁTICA 8 PERFECCIONAMENTO	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 LUNS E MÉRCORES 20.30 - 21.30	15 PRAZAS
INFORMÁTICA 9 PERFECCIONAMENTO	📍 VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	🕒 MARTES E XOVES 20.00 - 21.00	9 PRAZAS



Fotografía digital

Iniciación e perfeccionamento no manexo dunha cámara réflex.

FOTO 1 INICIACIÓN	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 XOVES 19.30 - 21.30	15 PRAZAS
FOTO 2 PERFECCIONAMENTO	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 VENRES 19.30 - 21.30	15 PRAZAS

Guitarra

Iniciación e avance no manexo deste instrumento. Técnicas básicas.

GUIARRA 1 INICIACIÓN	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 VENRES 19.30 - 21.30	15 PRAZAS
GUIARRA 2 PERFECCIONAMENTO	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MÉRCORES 19.30 - 21.30	15 PRAZAS

Patchwork

Iniciación na técnica do patchwork.

PATCHWORK 1	📍 ALMEIRAS CENTRO CULTURAL	🕒 XOVES 16.00 - 18.00	15 PRAZAS
--------------------	-------------------------------	--------------------------	--------------



PATCHWORK 2

📍 ALMEIRAS
CENTRO CULTURAL

🕒 XOVES
18.00 - 20.00

15
PRAZAS

Confección

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

CONFECIÓN 1	📍 O BURGO CENTRO PABLO PICASSO	🕒 LUNS 10.00 - 12.00	14 PRAZAS
CONFECIÓN 2	📍 O BURGO CENTRO PABLO PICASSO	🕒 LUNS 12.00 - 14.00	14 PRAZAS
CONFECIÓN 3	📍 O BURGO CENTRO PABLO PICASSO	🕒 LUNS 16.00 - 18.00	14 PRAZAS
CONFECIÓN 4	📍 O BURGO CENTRO PABLO PICASSO	🕒 MARTES 19.00 - 21.00	14 PRAZAS
CONFECIÓN 5	📍 O BURGO CENTRO PABLO PICASSO	🕒 MÉRCORES 10.00 - 12.00	14 PRAZAS
CONFECIÓN 6	📍 VILABOA PAZO VILA MELANIA	🕒 XOVES 16.30 - 18.30	14 PRAZAS



Obradoiros de creatividade

DE 6 A 12 ANOS

Iniciación en diferentes técnicas expresivas a través de actividades lúdicas e manualidades axeitadas ás súas idades.

OBRADOIROS 1	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 XOVES 17.00 - 19.00	15 PRAZAS
-------------------------	--	--------------------------	--------------



Guitarra

DE 7 A 15 ANOS

Iniciación e avance no manexo deste instrumento. Técnicas básicas.

GUIARRA 1 INICIACIÓN	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 VENRES 17.30 - 19.30	15 PRAZAS
GUIARRA 2 PERFECCIONAMENTO	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MÉRCORES 17.30 - 19.30	15 PRAZAS

Informática

DENDE 7 ANOS

Iniciación no uso dun ordenador: documentos de texto, correo electrónico...

INFORMÁTICA 1	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 LUNS E MÉRCORES 17.30 - 18.30	15 PRAZAS
--------------------------	-------------------------------------	------------------------------------	--------------



Debuxo e pintura

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

DEBUXO 1 5 A 8 ANOS	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 MARTES 17.00 - 19.00	15 PRAZAS
DEBUXO 2 9 A 12 ANOS	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 XOVES 17.00 - 19.00	15 PRAZAS

Iniciación ao inglés

DE 4 A 7 ANOS

Achegar a lingua inglesa aos máis pequenos a través de sesións lúdicas axeitadas ás súas idades.

INGLÉS 1	📍 ORRO CENTRO SOCIAL	🕒 MARTES E XOVES 18.00 - 19.00	10 PRAZAS
INGLÉS 2	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MARTES E XOVES 18.00 - 19.00	15 PRAZAS
INGLÉS 3	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 LUNS E MÉRCORES 18.00 - 19.00	15 PRAZAS



Baile

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

BAILE 1 4 A 7 ANOS	📍 O BURGO CENTRO A ESCADA	🕒 MARTES E XOVES 17.00 - 18.00	15 PRAZAS
BAILE 2 8 A 12 ANOS	📍 O BURGO CENTRO A ESCADA	🕒 MARTES E XOVES 18.00 - 19.00	15 PRAZAS
BAILE 3 4 A 12 ANOS	📍 RUTIS - VILABOA CENTRO CULTURAL	🕒 MÉRCORES 16.00 - 18.00	15 PRAZAS





Ximnasia de mantemento

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

XIMNASIA 1	📍 TARRÍO CEIP TARRÍO	🕒 LUNS E MÉRCORES 19.00 - 20.00	27 PRAZAS
XIMNASIA 2	📍 O BURGO CEIP ISAAC D. PARDO	🕒 MARTES E XOVES 20.00 - 21.00	27 PRAZAS
XIMNASIA 3	📍 O BURGO CEIP ISAAC D. PARDO	🕒 MARTES E XOVES 21.00 - 22.00	27 PRAZAS

Zumba

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

ZUMBA 1	📍 VILABOA POLIDEPORTIVO	🕒 LUNS E MÉRCORES 20.00 - 21.00	30 PRAZAS
ZUMBA 2	📍 VILABOA POLIDEPORTIVO	🕒 MARTES E VENRES 21.00 - 22.00	30 PRAZAS
ZUMBA 3	📍 RUTIS CENTRO SOCIAL	🕒 MARTES E XOVES 10.30 - 11.30	30 PRAZAS
ZUMBA 4	📍 CELAS CENTRO SOCIAL	🕒 LUNS E MÉRCORES 21.15 - 22.15	20 PRAZAS
ZUMBA 5	📍 CELAS CENTRO SOCIAL	🕒 MARTES E XOVES 19.00 - 20.00	20 PRAZAS
ZUMBA 6	📍 SÉSAMO CENTRO SOCIAL	🕒 MARTES E XOVES 20.00 - 21.00	10 PRAZAS
ZUMBA 7	📍 ALMEIRAS CENTRO CULTURAL	🕒 MARTES E XOVES 20.00 - 21.00	12 PRAZAS





Pilates

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

PILATES 1	📍 O BURGO CEIP ISAAC D. PARDO	🕒 LUNS E MÉRCORES 19.30 - 20.30	18 PRAZAS
PILATES 2	📍 O BURGO CEIP ISAAC D. PARDO	🕒 LUNS E MÉRCORES 20.30 - 21.30	18 PRAZAS
PILATES 3	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 MARTES E XOVES 11.00 - 12.00	16 PRAZAS
PILATES 4	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 MARTES E XOVES 21.00 - 22.00	16 PRAZAS
PILATES 5	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 MÉRCORES E VENRES 11.00 - 12.00	16 PRAZAS
PILATES 6	📍 FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	🕒 LUNS E MÉRCORES 21.00 - 22.00	16 PRAZAS
PILATES 7	📍 CELAS CENTRO SOCIAL	🕒 MARTES E VENRES 21.00 - 22.00	14 PRAZAS
PILATES 8	📍 CELAS CENTRO SOCIAL	🕒 XOVES 20.45 - 21.45 VENRES 20.00 - 21.00	14 PRAZAS
PILATES 9	📍 ORRO CENTRO SOCIAL	🕒 LUNS E MÉRCORES 19.00 - 20.00	16 PRAZAS



Ioga

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

IOGA 1	📍 COSTA DA LONXA SALA CELIA E ESPERANZA BRAÑAS FDEZ.	🕒 MARTES E XOVES 10.00 - 11.00	12 PRAZAS
IOGA 2	📍 COSTA DA LONXA SALA CELIA E ESPERANZA BRAÑAS FDEZ.	🕒 LUNS E MÉRCORES 18.30 - 19.30	12 PRAZAS
IOGA 3	📍 COSTA DA LONXA SALA CELIA E ESPERANZA BRAÑAS FDEZ.	🕒 MARTES E XOVES 20.00 - 21.00	12 PRAZAS
IOGA 4	📍 COSTA DA LONXA SALA CELIA E ESPERANZA BRAÑAS FDEZ.	🕒 MARTES E XOVES 21.00 - 22.00	12 PRAZAS
IOGA 5	📍 SÉSAMO CENTRO SOCIAL	🕒 LUNS E MÉRCORES 20.00 - 21.00	12 PRAZAS
IOGA 6	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 MARTES E XOVES 20.00 - 21.00	25 PRAZAS
IOGA 7	📍 CORDEDA SALA VICTORIA D. CABANELA	🕒 MARTES E XOVES 21.00 - 22.00	25 PRAZAS



Escolas deportivas

PROGRAMACIÓN INFANTIL

Patinaxe artística

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

PATINAXE 1 5 A 10 ANOS	📍 O BURGO POLIDEPORTIVO	🕒 LUNS E MÉRCORES 17.00 - 18.00	34 PRAZAS
PATINAXE 2 5 A 10 ANOS	📍 O BURGO POLIDEPORTIVO	🕒 MARTES E XOVES 17.00 - 18.00	34 PRAZAS
PATINAXE 3 11 A 16 ANOS	📍 O BURGO POLIDEPORTIVO	🕒 LUNS E MÉRCORES 18.00 - 19.00	34 PRAZAS

Fútbol Sala

Iniciación no deporte do fútbol traballando habilidades e destrezas. Procedementos, conceptos e actitudes axeitados ás súas idades.

FÚTBOL 1 5 A 10 ANOS	📍 VILABOA POLIDEPORTIVO	🕒 MARTES E VENRES 16.00 - 17.00	30 PRAZAS
--------------------------------	----------------------------	------------------------------------	--------------



Rimnasia rítmica

Iniciación e familiarización neste deporte que combina movementos e música. Manipulación sinxela de elementos de traballo de expresividade.

RÍTMICA 1 4 A 10 ANOS	📍 VILABOA POLIDEPORTIVO	🕒 LUNS E MÉRCORES 16.00 - 17.00	34 PRAZAS
RÍTMICA 2 11 A 15 ANOS	📍 VILABOA POLIDEPORTIVO	🕒 LUNS E MÉRCORES 17.00 - 18.00	34 PRAZAS
RÍTMICA 3 8 A 14 ANOS	📍 VILABOA POLIDEPORTIVO	🕒 LUNS E MÉRCORES 18.00 - 19.00	30 PRAZAS

Kárate



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

KÁRATE 1 4 A 10 ANOS	📍 O BURGO POLIDEPORTIVO	🕒 MARTES E XOVES 16.00 - 17.00	25 PRAZAS
KÁRATE 2 11 A 15 ANOS	📍 O BURGO POLIDEPORTIVO	🕒 MARTES E XOVES 17.00 - 18.00	25 PRAZAS



Escola viva

Dirixida a quen deixou a escola fai tempo e quere reforzar a escritura, a lectura e o cálculo. Aprender da historia, da ciencia e da saúde e sumar, en definitiva, coñecemento ao seu saber.

ESCOLA VIVA	📍 O BURGO CENTRO A ESCADA	🕒 MARTES 18:20 - 20:20	12 PRAZAS
ESCOLA VIVA	📍 VILABOA VILA MELANIA	🕒 MÉRCORES 16.20 - 18.20	12 PRAZAS



Internet +65

Manexo básico das novas tecnoloxías para maiores de 65 anos: internet, redes sociais, correo electrónico, teléfono móbil e tableta.

INTERNET +65 INICIACIÓN	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 VENRES 10:30 - 12:30	15 PRAZAS
INTERNET +65 BÁSICO	📍 O BURGO ED. SERVIZOS MÚLTIPLES	🕒 MÉRCORES 10.00 - 12.00	15 PRAZAS
INTERNET +65 INICIACIÓN	📍 VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	🕒 LUNS E MÉRCORES 11:30 - 12:30	10 PRAZAS
INTERNET +65 BÁSICO	📍 VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	🕒 MARTES E XOVES 11.30 - 12.30	10 PRAZAS



Espara smart-móbil

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

4º TRIMESTRE 2017: OUTUBRO A DECEMBRO

SMART-MÓBIL	CASTELO CENTRO SOCIAL	MÉRCORES 17:40 - 19:10	10 PRAZAS
SMART-MÓBIL	BOEDO CENTRO SOCIAL	MÉRCORES 15.45 - 17.15	10 PRAZAS
SMART-MÓBIL	CELAS POR DETERMINAR	MÉRCORES 19:20 - 20:50	10 PRAZAS

1º TRIMESTRE 2018: XANEIRO A MARZO

SMART-MÓBIL	ORRO CENTRO SOCIAL	MÉRCORES 17.00 - 18.30	10 PRAZAS
SMART-MÓBIL	SUEIRO CENTRO SOCIAL	MÉRCORES 19:00 - 20:30	10 PRAZAS

2º TRIMESTRE: 2018 ABRIL A XUÑO

SMART-MÓBIL	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	MARTES 11:30 - 13:00	10 PRAZAS
SMART-MÓBIL	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	MÉRCORES 10.30 - 12.00	10 PRAZAS



Agrupación musical

VOCES VETERANAS DE CULLEREDO

Para persoas maiores de 18 anos con gañas de gozar cantando ou tocando un instrumento popular.

AGRUPACIÓN MUSICAL	O BURGO CONSERVATORIO	LUNS E XOVES 10:30 - 12:00	SEN N° MÁX. DE PRAZAS
-----------------------	--------------------------	-------------------------------	-----------------------------

Xuntarte

LABORES ARTESANAS

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

XUNTARTE	BOEDO CENTRO SOCIAL	LUNS 19.00 - 21.00	12 PRAZAS
XUNTARTE	BREGUA CENTRO SOCIAL	SÁBADOS 17:00 - 19:00	12 PRAZAS
XUNTARTE	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	XOVES 10.15 - 12.15	12 PRAZAS



Aula de estimulación mental

Actividade para o reforzo da memoria e o mantemento da axilidade mental

ESTIMULACIÓN MENTAL	ALMEIRAS CENTRO SOCIAL	MÉRCORES 16.00 - 17.30	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL 1	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	LUNS 10.00 - 11.30	12 PRAZAS



ESTIMULACIÓN MENTAL 2	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	LUNS 12.00 - 13.30	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL 1	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	MÉRCORES 10.00 - 11.30	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL 2	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	MÉRCORES 11.30 - 13.00	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL 3	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	MARTES 10.00 - 11.30	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL	VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	XOVES 11.30 - 13.00	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL	SUEIRO CENTRO SOCIAL	XOVES 18.00 - 19.30	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL	CELAS POR DETERMINAR	XOVES 15.45 - 17.15	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL	TARRÍO CENTRO O NOSO LAR	LUNS 17.00 - 18.30	12 PRAZAS
ESTIMULACIÓN MENTAL	ORRO CENTRO SOCIAL	MARTES 11.00 - 12.30	12 PRAZAS



Ximnasia +65

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

XIMNASIA +65	ALMEIRAS POLIDEPORTIVO	LUNS E MÉRCORES 18.15 - 19.15	20 PRAZAS
XIMNASIA +65 1	CELAS CENTRO CULTURAL	LUNS E MÉRCORES 18.00 - 19.00	20 PRAZAS
XIMNASIA +65 2	CELAS CENTRO CULTURAL	LUNS E MÉRCORES 19.20 - 20.20	20 PRAZAS
XIMNASIA +65	LEDOÑO CENTRO SOCIAL	LUNS E MÉRCORES 18.20 - 19.20	12 PRAZAS
XIMNASIA +65 1	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	MARTES E XOVES 16.00 - 17.00	22 PRAZAS
XIMNASIA +65 2	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	MARTES E XOVES 17.10 - 18.10	22 PRAZAS



XIMNASIA +65 1	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	LUNS E MÉRCORES 17.15 - 18.15	22 PRAZAS
XIMNASIA +65 2	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	MARTES E XOVES 16.30 - 17.30	22 PRAZAS
XIMNASIA +65	ORRO CENTRO SOCIAL	MARTES E XOVES 09.45 - 10.45	18 PRAZAS
XIMNASIA +65	SUEIRO CENTRO SOCIAL	LUNS E MÉRCORES 17.15 - 18.15	12 PRAZAS
XIMNASIA +65	TARRÍO PAVILLÓN DO CEIP	MARTES E XOVES 18.10 - 19.10	20 PRAZAS
XIMNASIA +65	VILABOA CENTRO CULTURAL	MARTES E XOVES 16.00 - 17.00	20 PRAZAS



Espara saúde

COMER SAN, VIVIR SAN

Taller de hábitos de vida saudables: alimentación, receitas e preparacións fáciles, primeiros auxilios e RCP, prevención de accidentes domésticos, saúde emocional...

ESPAZO SAÚDE	CELAS POR DETERMINAR	MARTES 18.15 - 19.15	20 PRAZAS
ESPAZO SAÚDE	TARRÍO CENTRO O NOSO LAR	MARTES 19.30 - 20.30	20 PRAZAS
ESPAZO SAÚDE	O BURGO IRMÁNS BRAÑAS	XOVES 18.15 - 19.15	20 PRAZAS
ESPAZO SAÚDE	VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	XOVES 19.30 - 20.30	20 PRAZAS
ESPAZO SAÚDE	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	XOVES 17.00 - 18.00	20 PRAZAS

Taller Actívate

Actividade dirixida por especialistas para o traballo activo sobre problemas incipientes de perda cognitiva para quen xa ten un diagnóstico médico sobre ilo.

TALLER ACTÍVATE	VILABOA SALA P. MARÍA CAGIAO	MÉRCORES E VENRES 11.30 - 13.00	12 PRAZAS
--------------------	---------------------------------	------------------------------------	--------------



Psicomotricidade, estiramento e relaxación

Actividade física moi suave, movementos de coordinación, estiramento e técnicas de relaxación incluso para quen non pode estar de pé moito tempo.

PSICOMOTRICIDADE	BOEDO CENTRO SOCIAL	LUNS E MÉRCORES 17.15 - 18.15	15 PRAZAS
PSICOMOTRICIDADE	CASTELO CENTRO SOCIAL	MARTES E XOVES 17.00 - 18.00	15 PRAZAS

gimnasia terapéutica

Actividade física para quen ten un diagnóstico de enfermidade crónica e unha recomendación ou autorización médica de facer exercicio físico suave.

XIMNASIA TERAPÉUTICA	TARRÍO CENTRO O NOSO LAR	LUNS E MÉRCORES 10.30 - 11.30	20 PRAZAS
XIMNASIA TERAPÉUTICA	FONTECULLER CENTRO CÍVICO V. BLANCO	LUNS E MÉRCORES 12.00 - 13.00	15 PRAZAS

● activo

Verán movidiño

Actividade física saudable ao aire libre para todas as idades de libre acceso cada día sen inscrición previa e de balde. En Celas, Sueiro, Tarrío, O Burgo e Fonteculler.

Con posibilidade de formarse novos grupos noutras parroquias en función da demanda que se rexistre ao longo dos meses de maio e xuño de 2017 chamando ao teléfono de Benestar Social 981 654 570.