

ESCOLAS DEPORTIVAS DE VERÁN 2015



1. TENIS:

3 GRUPOS
LUNS- MERCORES- VENRES
DE 10 A 11 AVANZADO
DE 11 A 12 PERFECCIONAMENTO
DE 12 A 13 INICIACIÓN
NADOS NO 2009 OU ANTES
IES BREAMO
PREZO: 12 EUROS



2. PATINAXE:

GRUPO 1: NADOS DO 2009 ATA 2011
LUNS- MERCORES- VENRES
DE 11:30 A 12:30 HORAS

GRUPO 2: NADOS NO 2008 OU ANTES
LUNS- MERCORES- VENRES
DE 12:30 A 13:30 HORAS
CEIP COUCEIRO FREIXOMIL
PREZO: 12 EUROS

3. BAILE MODERNO

GRUPO 1: NADOS NO 2008 OU ANTES
LUNS- MERCORES- VENRES
DE 11:30 A 12:30 HORAS

GRUPO 2- NADOS DO 2009 ATA 2011
LUNS- MERCORES- VENRES
DE 12:30 A 13:30 HORAS
CEIP COUCEIRO FREIXOMIL
PREZO: 12 EUROS



4. XOGOS PREDEPORTIVOS

1 GRUPO
MARTES E XOVES
DE 11:30 A 12:30 HORAS
NADOS NO 2011 OU ANTES
CEIP COUCEIRO FREIXOMIL
PREZO: 8 EUROS



5. IUDO

1 GRUPO
MARTES E XOVES
DE 12:30 A 13:30 HORAS
NADOS NO 2011 OU ANTES
CEIP COUCEIRO FREIXOMIL
PREZO: 8 EUROS



6. XADREZ

1 GRUPO
MERCORES
DE 11 A 12 HORAS
NADOS NO 2010 OU ANTES
CENTRO DA XUVENTUDE
PREZO: 4 EUROS



7. MANTENEMENTO- RELAX

1 GRUPO
LUNS E MERCORES
DE 20 A 21 HORAS
ADULTOS
FRAGA DO EUME
PREZO: 8 EUROS



8. AEROBIC PARA ADULTOS

1 GRUPO
LUNS E MERCORES
DE 21 A 22 HORAS
ADULTOS
FRAGA DO EUME
PREZO: 8 EUROS



9. PILATES PARA ADULTOS

GRUPO 1:
LUNS E MERCORES DE 10 A 11 HORAS
NO CENTRO DE MAIORES
GRUPO 2:
MARTES E XOVES 21 A 22 HORAS
NO IES FRAGA DO EUME
ADULTOS
PREZO: 8 EUROS



10. XIMNASIA PARA MAIORES

1 GRUPO
MARTES E XOVES
DE 10 A 11 HORAS
CENTRO DE MAIORES
GRATUITO



11. PIRAGUISMO

1 GRUPO POR QUINCENA DENDE O
29 DE XUÑO ATA O 21 DE AGOSTO
DE LUNS A VENRES
DE 12:30 A 14:00 HORAS
NADOS NO 2006 OU ANTES
IMPRESINDIBLE SABER NADAR
CLUB FIRRETE
PREZO: 12 EUROS



12. ROTAS EN PIRAGUA

POLO RIO EUME:
12 DE XULLO DE 17 A 19:30 HORAS
POLA RIA DE ARES:
2 DE AGOSTO DE 17 A 19:30 HORAS
NADOS NO 2003 OU ANTES
IMPRESINDIBLE SABER NADAR
PREZO: 10 EUROS



13. MARCHAS CICLOTURISTAS

O DIA 16 DE AGOSTO
SAIDA ÁS 10 HORAS
DO PASEO MARITIMO
POLAS FRAGAS DO EUME
NADOS NO 2003 OU ANTES
GRATUITO



14. SENDEIRISMO

DUAS SESIÓNS:
O 12 DE XULLO E O 2 DE AGOSTO
DE 11 A 13 HORAS
NADOS NO 2005 OU ANTES
PREZO: 5 EUROS



15. TORNEOS DE TENIS ABERTOS

INFANTÍS ATA 16 ANOS:
PISTA ALCALDE SARMIENTO
SENIORS DENDE 16 ANOS EN ADIANTE:
PISTA ALCALDE SARMIENTO
DATAS E HORARIOS SEGÚN INSCRIPCIÓN
PRAZOS DE INSCRIPCIÓN:
DENDE O 1 ATA O 18 DE XULLO
AS FINAIS DISPUTARANSE
NAS FESTAS DAS PERAS



| HORARIO | LUNS | | | MARTES | | | MÉRCORES | | | XOVES | | | VENRES | | |
|---------|-----------|-------------|---------|---------|----------|----------|-----------|-------------|---------|---------|----------|----------|-----------|-------------|---------|
| | BREAMO | COUCEIRO | MAIORES | FRAGA | COUCEIRO | MAIORES | BREAMO | COUCEIRO | MAIORES | FRAGA | COUCEIRO | MAIORES | BREAMO | COUCEIRO | MAIORES |
| 10 A 11 | TENIS AV | | PILATES | | | XIMN MAI | TENIS AV | | PILATES | | | XIMN MAI | TENIS AV | | |
| 11 A 12 | TENIS PER | PATIN/BAILE | | | XOGOS PR | | TENIS PER | PATIN/BAILE | | | XOGOS PR | | TENIS PER | PATIN/BAILE | |
| 12 A 13 | TENIS INI | PATIN/BAILE | | | IUDO | | TENIS INI | PATIN/BAILE | | | IUDO | | TENIS INI | PATIN/BAILE | |
| 13 A 14 | | | | | | | | | | | | | | | |
| LUGAR | FRAGA | | | FRAGA | | | FRAGA | | | FRAGA | | | FRAGA | | |
| 20 A 21 | XIMN MAN | | | | | | XIMN MAN | | | | | | | | |
| 21 A 22 | AEROBIC | | | PILATES | | | AEROBIC | | | PILATES | | | | | |

* PIRAGUISMO DE LUNS A VENRES DE 12:30 A 14 HORAS CO CLUB FIRRETE

* XADREZ MÉRCORES DE 11 A 12 NA CASA DA XUVENTUDE

NORMAS XERAIS

- * Duración do curso: Do 1 de Xullo ao 31 de Agosto de 2015.
- * Poderase suspender calquera actividade que non acadase o mínimo de participantes disposto polo Concello de Pontevedra.
- * Poderase inscribir nunha ou varias actividades, tendo preferencia as persoas empadroadas no termo municipal.
- * É responsabilidade dos participantes dispor dunha condición física adecuada para a realización das actividades.
- * Para formalizar a matrícula deberase entregar o xustificante de pago durante a primeira semana de curso, do contrario se procederá a dar paso aos suplentes.
- * Os usuarios que non asistan a un mínimo do 60% das sesións poden perder a praza naquelas actividades con listaxe de espera
- * Nº DE CONTA PARA O PAGO DAS COTAS: Nova Galicia Banco 2080-5164-19-3040001607 (Pontevedra)