

ACTIVIDADES POLIDEPORTIVO

(DE OUTUBRO A MAIO)

1. ACTIVIDADES DE PATÍN

Dirixidas a nenas/os de 4 anos en adiante.

Luns de 16.30 a 17.45

2. FÚTBOL SALA 1

Dirixido a nenas/os de 6 a 12 anos e nenas de 12 a 16 anos.

Martes de 16.30 a 18.00

3. FÚTBOL SALA 2

Dirixido a nenas/os de 13 a 16 anos.

Mércores de 16.30 a 18.00

4. FÚTBOL SALA 3

Dirixido a rapazas/es maiores de 16 anos.

Xoves de 20.30 a 22.00

5. XOGOS PRE-DEPORTIVOS

Dirixidos a nenas/os de 4 a 6 anos.

Xoves de 18.00 a 19.00

6. BÁDMINTON

Dirixido a nenas/os de 6 a 16 anos.

Venres de 16.30 a 17.45

7. TENIS

Dirixido a maiores de 10 anos.

Venres de 18.30 a 20.00

8. MINIBASKET

Dirixido a nenas/os a partir de 6 anos.

Mércores de 18:00 a 19:00

9. ANIMACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA PARA ADULTOS

Dirixido a mulleres e homes a partir de 15 anos.

Luns, mércores e venres de 19.30 a 21.00

10. RELAXAMENTO NO BALNEARIO

Dirixido a mulleres e homes a partir de 50 anos.

Dous días ao mes

11.-IOGA POR PARROQUIAS

Dirixido a mulleres e homes maiores de 18 anos.

Terá que haber un mínimo de 8 persoas inscritas para facer a actividade.

Horario por determinar.

SALA DE MUSCULACIÓN

Dirixido a a mulleres e homes a partir de 16 anos.

De luns a venres de 16.00 a 21.30 horas

PISCINA

(De xuño a setembro)

1. Iniciación

2. Natación para persoas maiores.

COMPETICIÓN ORGANIZADAS

POLO CONCELLO

*Campeonatos de fútbol sala

*Torneo de tenis individual

*Torneo de bádminton.

COMPETICIÓN FEDERADAS

DEPORTE EN IDADE ESCOLAR

Estas competicións son os sábados pola mañá.

CAMPO A TRAVÉS

Categorías: benxamín, alevín, infantil e cadete.

FÚTBOL SALA

Categorías: benxamín, alevín, infantil e cadete.

BÁDMINTON

Categorías: benxamín, alevín, infantil e cadete.

DÚATLON

Categorías: alevín, infantil e cadete.

TENIS DE MESA

Categorías: benxamín, alevín, infantil e cadete.

ATLETISMO PISTA AIRE LIBRE

CATEGORÍAS: benxamín, alevín e infantil

IDADE QUE COMPRENDE CADA CATEGORÍA

Benxamín: ata 9 anos.

Alevín: 10 e 11 anos.

Infantil: 12 e 13 anos.

Cadete: 14 e 15 anos.

En todas as categorías se compite en modalidade feminina e masculina.

ACTIVIDADES

OCIO-RECREATIVO-DEPORTIVAS

- RUTA DE SENDEIRISMO
- DÍA DA BICICLETA
- **CAMPAMENTO DE VERÁN**
- **CAMPAMENTO DE INVERNO (NEVE)**
 - CAMPUS DE FÚTBOL
 - PATINAXE SOBRE XEO
 - UN DÍA NO PARQUE ACUÁTICO
- XORNADA DE DEPORTES TRADICIONAIS
- BAIXADA AO ENCORO DO EUME EN KAIKAK

NOTAS

***INFORMACIÓN E INSCRICIÓN NO POLIDEPORTIVO DO XESTAL NO HORARIO DAS ACTIVIDADES: NO TELÉFONO 981 793 213 OU NA WEB www.concellodemonfero.es**

***É RESPONSABILIDADE DOS PARTICIPANTES, OU DOS PAIS, QUE OS INSCRITOS ESTEAN NAS CONDICIÓN FÍSICAS APTAS PARA REALIZAR ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS.**

***PARA PODER INSCRIBIRSE NAS ACTIVIDADES ENUMERADAS EN COR VERMELLA HAI QUE ESTAR EMPADROADO NO CONCELLO DE MONFERO CUNHA ANTELACIÓN DUN ANO Á DATA DA ACTIVIDADE.**

COLABORA:



INSTALACIÓNS DEPORTIVAS MUNICIPAIS CURSO 2011– 2012

OFERTA

ACTIVIDADES

FÍSICO-DEPORTIVAS



CONCELLO DE MONFERO