



PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Socioculturais
e Deportivas

2019 - 2020



Concello de
Begonte



CONDICIÓN XERAIS

PRAZO DE INSCRICIÓN DAS ACTIVIDADES 2019/2020

1.º PRAZO: **DO 12 AO 25 DE SETEMBRO DE 2019** ➡ Publicación de admitidos/as: **VENRES, 27 DE SETEMBRO de 2019**

2.º PRAZO: **DO 07 AO 17 DE XANEIRO DE 2020** ➡ Publicación de admitidos/as: **MARTES, 28 DE XANEIRO de 2020**

NOTA: As listaxes de admitidos/as poderán consultarse en www.concellodebegonte.es ou nas dependencias do concello.

MATRÍCULA

O modelo de solicitude estará dispoñible nas oficinas do Concello e na páxina web en www.concellodebegonte.es

Para formalizar a matrícula será necesario:

- Entregar no rexistro das dependencias do Concello ou enviar pola sede electrónica a solicitude correctamente cuberta e asinada.
- Anexar a certificación da conta bancaria co código IBAN do alumno/a inscrito/a ou do pai, nai ou titor/a no caso de que aquel/a sexa menor de idade.

NOTA:

- As inscricións dos menores de idade deberán ser cumprimentadas e asinadas polo pai, nai ou titor/a do menor.
- Baixo ningún concepto se poderá acudir ás actividades sen estar previamente inscrito/a e figurar nas listaxes remitidas aos monitores/as de cada actividade.
- Será requisito indispensable que no momento de formalizar a matrícula a unidade familiar estea ao corrente do pago en calquera das actividades organizadas polo Concello de Begonte, de non ser así, esta quedará sen efecto.

DURACIÓN DAS ACTIVIDADES

DO 1 DE OUTUBRO DE 2019 AO 30 DE MAIO DE 2020

- Con carácter xeral, as actividades comezarán o 1 de outubro de 2019 e finalizarán o 30 de maio de 2020, excepto as actividades infantís que estarán suxeitas aos períodos vacacionais establecidos no calendario escolar.
- As datas e horarios están suxeitos a posibles modificacións por cuestións organizativas e doutras actividades municipais.
- Consultar calendario en:

Anexo 1.-Calendario actividades mozos/as e adultos 2019/2020

Anexo 2.- Calendario actividades nenos/as 2019/2020

PRAZAS

- A adxudicación das prazas farase por rigorosa orde de rexistro no Concello, tendo preferencia os empadroados sobre os non empadroados.
- No caso de que o número de inscritos/as supere o número máximo de prazas ofertadas, quen non obteña praza pasará a formar parte da listaxe de reserva da/s actividade/s que corresponda/n. De quedar algunha vacante ao longo do ano,



estes/as incorporaranse ao curso seguindo a orde da listaxe e aboarán a parte proporcional do cuadrimestre de que se trate.

- As prazas mínimas para cada actividade variarán en función do espazo onde se desenvolva, do tipo e modalidade de cada actividade e do número de monitores que a imparta.
- Non se levarán a cabo as actividades que non reúnan o mínimo de inscritos/as establecido. Este número mínimo de prazas deberase manter ao longo de todo o curso, en caso contrario, a actividade será suspendida.
- O Concello de Begonte resérvase o dereito a suprimir/modificar as actividades e horarios, se non se acada un número mínimo de solicitudes por actividade e grupo.
- Así mesmo, o Concello resérvase o dereito de unificar grupos similares no caso de asistencia insuficiente, permanecendo aquel que rexistre un número maior de solicitantes.
- As limitacións establecidas para a presentación de solicitudes, en canto a prazas e prazos se refire, deixarán de ser aplicables no caso de existir prazas vacantes unha vez rematado todo o proceso de inscrición e non haber solicitudes nas listaxes de reserva das respectivas actividades.

COTAS

Os prezos que se inclúen neste programa son únicos para empadroados/as e non empadroados/as no Concello de Begonte.

Nas actividades para nenos/as, cando dous ou máis irmáns se inscriban e asistan á mesma actividade aplicarase unha redución do:

- 15 % para o/a 2º fillo/a inscrito/a
- 25 % para o/a 3º fillo/a inscrito/a
- 50 % para o/a 4º fillo/a inscrito/a

Os alumnos que tramiten a inscrición fóra de prazo e teñan praza vacante na actividade inscrita, deberán aboar:

- no caso de actividades de pago cuadrimestral, o pago do cuadrimestre completo
- no caso de pago mensual, o mes completo
- no caso de pago único, o total da actividade.

Consultar cotas e descontos na Guía de actividades.

SISTEMA DE PAGO DAS ACTIVIDADES

- As actividades aboaranse por domiciliación bancaria. O/a debedor/a (alumno/a ou pai, nai ou titor/a no caso de menores) deberá autorizar e asinar a orde de domiciliación bancaria que figura na inscrición e aportar o certificado da súa conta bancaria, para que o acredor (Concello de Begonte) poida enviar á entidade bancaria instrucións de cobro do importe das actividades nas que o/a debedor/a está inscrito/a.
- O primeiro cargo das actividades efectuarase no mes de outubro de 2019 e o segundo en febreiro de 2020. Os cargos mensuais realizaranse do 1 ao 15 de cada mes.

DEVOLUCIÓN DE RECIBOS

- Se o banco non pode realizar o adeudo na conta do/a cliente e devolve o recibo como impagado ao emisor (Concello de Begonte), o/a debedor/a (alumno/a ou pai, nai ou titor/a do/a alumno/a menor de idade) deberá recoller o recibo nas dependencias do Concello e aboar directamente o importe do mesmo na entidade bancaria do Concello no prazo de 15 días naturais.



- O custo da comisión bancaria ocasionada pola devolución de calquera dos recibos será aboado polo/a usuario/a.
- No caso de que o/a debedor/a non efectúe o pago no prazo de 1 mes dende a devolución, o Concello procederá a dar de baixa ao alumno/a da actividade.
- Os/As alumnos/as que teñan algún recibo pendente de pago non poderán inscribirse en sucesivas ofertas de actividades organizadas por esta entidade, ata que aboe todos os recibos pendentes.
- No suposto de que, por causas non imputables ao interesado/a, a actividade non se preste ou cese, procederase á devolución do prezo público total ou da parte proporcional da taxa correspondente ao período non desfrutado, respectivamente.

PRAZO PARA DARSE DE BAIXA

Do 25 de setembro ao 04 de outubro de 2019 e do 7 ao 17 de xaneiro de 2020

- A solicitude de baixa en calquera actividade só surtirá efecto se é presentada por escrito ante o Rexistro Xeral do Concello de Begonte.
- O importe das taxas das actividades non será devolto no caso de causar baixa fóra dos prazos establecidos.
- Nos supostos de baixa do servizo unha vez iniciada a actividade, poderase efectuar unha devolución parcial da taxa sempre e cando exista unha causa xustificada que acredite a imposibilidade de continuar coa mesma, coa correspondente presentación de documentación acreditativa que o/a interesado/a deberá aportar para a súa valoración.
- No caso das actividades de cobro mensual, a presentación da baixa deberá presentarse durante os primeiros 15 días do mes anterior a causar baixa e surtirá efectos a partir do día primeiro do mes natural seguinte ao da súa presentación.
- No caso das actividades de cobro cuatrimestral, a inscrición entenderase prorrogada, salvo formalización de baixa.

OUTROS DATOS

- Quen participe en calquera das actividades da programación 2019/2020 responsabilízase de seleccionar aquelas que sexan acordes coas súas capacidades psicofísicas. En caso contrario, e de producirse calquera tipo de dano, será baixo a súa exclusiva responsabilidade.
- Todas as persoas matriculadas en calquera actividade do Programa de Actividades Socioculturais e Deportivas 2019/2020 desde Concello estarán cubertos por un seguro de accidentes contratado polo Concello de Begonte. No caso de accidente no desenvolvemento dalgunha das actividades, o/a /a monitor/a informará do incidente ao Concello para cubrir o parte pertinente e remitirá o/a alumno/a ao Sanatorio Nosa Señora dos Ollos Grandes ou ao Hospital Polusa, indicando que son asegurados da Mutua General de Seguros do Concello de Begonte. Só se considerará que existe accidente sempre e cando o incidente aconteza no horario estipulado e nas instalacións destinadas polo Concello para a realización da actividade en cuestión.
- Os menores de idade que asistan a actividades nos locais municipais estarán baixo a responsabilidade exclusiva dos seus pais, nais ou titores/as, encargados de transmitir-lles as normas de convivencia antes e trala realización da actividade en cuestión, así como de achegalos/as e recollelos/as á hora.
- Aquelas persoas que acumulen un 45% de faltas de asistencia causarán baixa na actividade en cuestión.
- A organización poderá introducir, se o cre necesario, as modificacións que estime convenientes para o mellor funcionamento dos cursos.



GUÍA DE ACTIVIDADES PARA NENOS/AS

MULTIDEPORTE

DESCRICIÓN	Balónmán, baloncesto, voleibol, bádminton, predeporte Educación infantil, etc.
DESTINATARIOS	Educación infantil e primaria
PRAZAS	40 (20 por colexio e, dentro destas, 10 para cada etapa educativa)
HORARIO	CEIP BAAMONDE → LUNS de 14.10 h a 15.00 h CEIP BEGONTE → LUNS de 15.10 h a 16.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	40 € CURSO (Pago fraccionado: 20 € en outubro e 20 € en febreiro)

2º fillo/a	34 € CURSO	Pago fraccionado: 17 € en outubro 17 € en febreiro	3º fillo/a	30 € CURSO	Pago fraccionado: 15 € en outubro 15 € en febreiro	4º fillo/a	20 € CURSO	Pago fraccionado: 10 € en outubro 10 € en febreiro
---------------	-----------------------	--	---------------	-----------------------	--	---------------	-----------------------	--

HÓCKEY SOBRE PATÍNS

DESTINATARIOS	Educación infantil e primaria
PRAZAS	40 (20 por colexio e, dentro destas, 10 para cada etapa educativa)
HORARIO	CEIP BAAMONDE → MARTES de 14.10 h a 15.00 h CEIP BEGONTE → MARTES de 15.10 h a 16.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	40 € CURSO (Pago fraccionado: 20 € en outubro e 20 € en febreiro)

2º fillo/a	34 € CURSO	Pago fraccionado: 17 € en outubro 17 € en febreiro	3º fillo/a	30 € CURSO	Pago fraccionado: 15 € en outubro 15 € en febreiro	4º fillo/a	20 € CURSO	Pago fraccionado: 10 € en outubro 10 € en febreiro
---------------	-----------------------	--	---------------	-----------------------	--	---------------	-----------------------	--

NOTA → Cada alumno/a deberá levar os seus propios patíns e proteccións, que deberán estar ben identificados.



TEATRO

DESCRICIÓN	Expresión dramática como vehículo de crecemento grupal, creando un clima axeitado de confianza, no que flúan espontaneamente as ideas e sentimentos e se oriente o potencial expresivo e as posibilidades creativas do/a neno/a.
DESTINATARIOS	Educación primaria
PAZAS	20 (10 por colexio)
HORARIO	CEIP BAAMONDE → MÉRCORES de 14.10 h a 15.00 h CEIP BEGONTE → MÉRCORES de 15.10 h a 16.00 h
LUGAR	CEIP de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	40 € CURSO (Pago fraccionado: 20 € en outubro e 20 € en febreiro)

2º fillo/a	34 € CURSO	Pago fraccionado: 17 € en outubro 17 € en febreiro	3º fillo/a	30 € CURSO	Pago fraccionado: 15 € en outubro 15 € en febreiro	4º fillo/a	20 € CURSO	Pago fraccionado: 10 € en outubro 10 € en febreiro
------------	-------------------	--	------------	-------------------	--	------------	-------------------	--

XIMNASIA RÍTMICA

DESTINATARIOS	Persoas de 3 a 18 anos
PAZAS	100
HORARIO	INICIACIÓN: GRUPO I (CEIP BAAMONDE) → XOVES de 14.10 h a 15.00 h GRUPO II (CEIP BEGONTE) → XOVES de 15.10 h a 16.00 h GRUPO III → XOVES de 17.10 h a 18.00 h CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN*: Os horarios para cada categoría incluíranse dentro das seguintes franxas horarias: LUNS de 17.00 h A 20.00 h XOVES DE 18.00 h A 20.00 h SÁBADO de 11.00 h a 14.00 h * Unha vez finalizado o prazo de inscrición as monitoras informarán aos alumnos/as inscritos/as dos horarios de cada categoría
LUGAR	Pavillón Municipal de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	20 € CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

17 € CURSO

3º fillo/a

15 € CURSO

4º fillo/a

10 € CURSO



ZUMBA

DESCRICIÓN	Exercicio de capacidades físicas como a flexibilidade, axilidade, etc. a través da música, co que tamén se desenvolven outras habilidades coma o ritmo, o movemento, etc.
DESTINATARIOS	Educación primaria
PRAZAS	24 (12 por colexio)
HORARIO	CEIP BAAMONDE → VENRES de 14.10 h a 15.00 h CEIP BEGONTE → VENRES de 15.10 h a 16.00 h
LUGAR	Pavillón de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	40 € CURSO (Pago fraccionado: 20 € en outubro e 20 € en febreiro)

2º fillo/a	34 € CURSO	Pago fraccionado: 17 € en outubro 17 € en febreiro	3º fillo/a	30 € CURSO	Pago fraccionado: 15 € en outubro 15 € en febreiro	4º fillo/a	20 € CURSO	Pago fraccionado: 10 € en outubro 10 € en febreiro
---------------	---------------	--	---------------	---------------	--	---------------	---------------	--

XADREZ

DESTINATARIOS	Educación primaria
PRAZAS	20 (10 por colexio)
HORARIO	CEIP BAAMONDE → VENRES de 14.10 h a 15.00 h CEIP BEGONTE → VENRES de 15.10 h a 16.00 h
LUGAR	CEIP de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	SEN DETERMINAR

TENIS

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
PRAZAS	16 (8 por grupo)
HORARIO	GRUPO I → MÉRCORES de 17.00 h a 18.00 h GRUPO II → VENRES de 17.00 h a 18.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	20 €/MES (8 pagos de 20 € mensuais)

NOTA → Cada alumno/a deberá levar a súa propia raqueta, que deberá estar ben identificada.

2º fillo/a	17 € CURSO	3º fillo/a	15 € CURSO	4º fillo/a	10 € CURSO
------------	------------	------------	------------	------------	------------



NATACIÓN

DESTINATARIOS	Educación infantil e primaria		
PRAZAS	APRENDIZAXE (NIVEL 0)	→	12 (6 por grupo)
	INICIACIÓN (MANTÉÑENSE A FLOTE)	→	20 (10 por grupo)
HORARIO	LUNS de 18.15 h a 19.00 h	→	GRUPO APRENDIZAXE I (6 prazas)
			GRUPO INICIACIÓN I (10 prazas)
	SÁBADO de 10.00 h a 10.45 h	→	GRUPO APRENDIZAXE II (6 prazas)
			GRUPO INICIACIÓN II (10 prazas)
LUGAR	D10 Centro Deportivo		
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020		
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)		

2º fillo/a

25,5 € CURSO

3º fillo/a

22,5 € CURSO

4º fillo/a

15 € CURSO

NOTA → Os/As alumnos/as deberán levar traxe de baño, gorro, toalla e chancletas.
Os/As nenos/as ata 6 anos (inclusive) deberán ir acompañados/as por un adulto.
Os horarios de saída do autobús comunicaránse aos interesados/as unha vez inscritos.

TAEKWONDO

DESTINATARIOS	Nenos/as de 4 a 18 anos
PRAZAS	20
HORARIO	XOVES de 17.30 h a 18.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	10 € CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

8,5 € CURSO

3º fillo/a

7,5 € CURSO

4º fillo/a

5 € CURSO

NOTA → Os/As nenos/as que desexen competir deberán aboar a parte proporcional do seguro federativo ao Club de Taekwondo.



FÚTBOL SALA

DESTINATARIOS	Persoas de 3 a 18 anos
PRAZAS	90 prazas
HORARIOS	Consultar a táboa que se presenta a continuación
LUGAR	Pavillóns Municipais de Baamonde e Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	20 €/MES (8 pagos de 20 € mensuais)

2º fillo/a

17 € CURSO

3º fillo/a

15 € CURSO

4º fillo/a

10 € CURSO

HORARIOS

CURSO

2019-2020

ACTIVIDADE

Fútbol sala

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
17.30 h - 18.45 h PREBENXAMÍN	17.15 h - 18.00 h BIBERÓN (Begonte)	16.15 h - 17.45 h INFANTIL E CADETE	17.30 h - 18.45 h ALEVÍN	16.30 h - 18.15 h CADETE
18.45 h - 20.00 h BENXAMÍN	17.30 h - 18.45 h ALEVÍN	17.45 h - 18.30 h (porteiros) INFANTIL E CADETE	18.45 h - 19.15 h (porteiros) CADETE E XUVENIL	18.15 h - 19.45 h INFANTIL
20.00 h - 21.30 h XUVENIL CADETE	18.30 h - 19.00 h (porteiros) ALEVÍN	18.00 h - 19.00 h PREBENXAMÍN	18.45 h - 20.15 h XUVENIL	
	18.45 h - 20.30 h XUVENIL	18.45 h - 19.15 h (porteiros) PREBENXAMÍN E BENXAMÍN		
	19.30 h - 20.30 h (porteiros) CADETE E XUVENIL	19.00 h - 20.15 h BENXAMÍN		



ROBÓTICA

DESCRICIÓN

Traballo en equipos con dinámicas divertidas e innovadoras para aprender Robótica Educativa con Lego e outras tecnoloxías; creación de aplicacións e videoxogos con *Scratch* para chegar á realidade aumentada ou deseños e impresións en 3D, que contribúen ao desenvolvemento da creatividade, innovación, liderado, resolución de problemas e traballo en equipo.

DESTINATARIOS

Nenos/as a partir de 7 anos

PRAZAS

7

HORARIO

MARTES de 17.30 h a 18.30 h

LUGAR

Casa da Cultura (Begonte)

DURACIÓN

De outubro de 2019 a maio de 2020

PREZO

20 €/MES (8 pagos de 20 € mensuais)

2º fillo/a

17 € CURSO

3º fillo/a

15 € CURSO

4º fillo/a

10 € CURSO

NOTA → Cada alumno/a utilizará un ordenador.

ESCOLAS MUNICIPAIS DE MÚSICA RÁBADE – BEGONTE - OUTEIRO

DESTINATARIOS

Nenos/as de 4 a 18 anos

HORARIOS E GRUPOS

Consultar en www.musicocrisanto.com

DURACIÓN

De setembro de 2019 a maio de 2020

PREZO

Consultar en www.musicocrisanto.com



NOTA → Aínda que xa se iniciou o curso nas Escolas Municipais de Música, a matrícula continúa aberta. Consulta local, horarios e clases ofertadas ou formaliza a matrícula en www.musicocrisanto.com ou chamando ao 678 80 02 45.



GUÍA DE ACTIVIDADES PARA MOZOS/AS E ADULTOS

RESTAURACIÓN DE MOBLES E TAPICERÍA

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	10
HORARIO	SÁBADO de 10.00 h a 12.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	Do 05 de outubro de 2019 ao 25 de xaneiro de 2020
PREZO	60 € CURSO (pago único)

MANUALIDADES

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	10
HORARIO	SÁBADO de 10.00 h a 12.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	Do 01 febreiro ao 30 de maio de 2020
PREZO	60 € CURSO (pago único)

BAILES DE SALÓN

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	40 (20 para cada grupo)
HORARIO	INICIACIÓN → VENRES de 19.30 h a 21.00 AVANZADO → SÁBADO de 21.00 h a 22.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	20 €/MES (pago fraccionado: 80 € en outubro e 80 € en febreiro)



ZUMBA

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	15
HORARIO	SEN DETERMINAR
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	SEN DETERMINAR

BAILES DE SALÓN

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	40 (20 para cada grupo)
HORARIO	INICIACIÓN → VENRES de 19.30 h a 21.00 AVANZADO → SÁBADO de 21.00 h a 22.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	20 €/MES (pago fraccionado: 80 € en outubro e 80 € en febreiro)

AQUA FIT SENIOR

DESCRICIÓN	Actividade acuática combinada, de media-baixa intensidade, que se fundamenta na variedade de exercicios aeróbicos de tonificación, mobilidade articular, respiratorios, de relaxación, etc., que incidirán na mellora da condición física e saúde dos/as usuarios/as.
DESTINATARIOS	Adultos
PRAZAS	15
HORARIO	SÁBADO de 10.00 h a 10.45 h
LUGAR	D10 Centro Deportivo
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)

NOTA → Os/As alumnos/as deberán levar traxe de baño, gorro, toalla e chancletas.
Os horarios de saída do autobús comunicaránselle aos interesados/as unha vez inscritos.



PINTURA

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	24 (8 por grupo)
HORARIO	BEGONTE: GRUPO I → MARTES de 16.30 h a 18.00 h GRUPO II → MARTES de 18.00 h a 19.30 h BAAMONDE: LUNS de 17.30 h a 19.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte e Baamonde, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	90 € CURSO (pago fraccionado: 45 € en outubro e 45 € en febreiro)

PILATES

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	24 (Mínimo: 10 / Máximo: 12 por grupo)
HORARIO	BEGONTE: GRUPO I (AVANZADO) → MARTES e XOVES de 10.30 h a 11.30 h GRUPO II → MARTES e XOVES de 11.30 h a 12.30 h BAAMONDE: MÉRCORES e VENRES de 16.30 h a 17.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte e Baamonde, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	90 € CURSO (pago fraccionado: 45 € en outubro e 45 € en febreiro)

PILATES (NOCTURNO)

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	Mínimo: 12 / Máximo: 15
HORARIO	MÉRCORES de 21.00 h a 22.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	50 € CURSO (pago único en outubro)



IOGA

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	10
HORARIO	LUNS e MÉRCORES de 20.00 h a 21.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Baamonde.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	90 € CURSO (pago fraccionado: 45 € en outubro e 45 € en febreiro)

TENIS

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	16 (Mínimo: 4/ Máximo: 8 por grupo)
HORARIO	SEN DETERMINAR
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	SEN DETERMINAR (Dependerá do número de alumnos/as por grupo)

NOTA ➡ Cada alumno/a deberá levar a súa propia raqueta, que deberá estar ben identificada.

***Xornadas de portas abertas o 27 de setembro ás 20.00 no Pavillón Municipal de Begonte.**

ZUMBE@NDO

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	Mínimo: 12 / Máximo: 15
HORARIO	VENRES de 21.00 h a 22.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	50€ CURSO (pago único en outubro)



AERÓBIC

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	30 (15 por grupo)
HORARIO	BAAMONDE ➡ MARTES e XOVES de 19.00 h a 20.00 h BEGONTE ➡ MARTES e XOVES de 20.00 h a 21.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Baamonde e Begonte, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	90 € CURSO (pago fraccionado: 45 € en outubro e 45 € en febreiro)

ESTIMULACIÓN COGNITIVA (MEMORIA)

DESCRICIÓN	Potenciación e mellora da calidade de vida e autonomía das persoas maiores mediante talleres que traballan a atención, memoria, funcións executivas, cálculo e linguaxe.
DESTINATARIOS	Terceira idade
PRAZAS	30 (10 por grupo)
HORARIO	BAAMONDE: MARTES de 16.10 h a 17.10 h BEGONTE: GRUPO I ➡ MARTES de 17.30 h a 18.30 h GRUPO II ➡ MARTES de 18.30 h a 19.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Baamonde e Casa da Cultura (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	12 € CURSO (pago único en outubro)

INTERNET

DESTINATARIOS	Adultos
PRAZAS	20
HORARIO	SEN DETERMINAR (dependará do nivel do alumnado inscrito)
LUGAR	Casa da Cultura (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	SEN DETERMINAR (dependará do número de inscritos/as)



XIMNASIA DE MANTEMENTO

DESTINATARIOS	Exercicios enfocados á terceira idade
PRAZAS	192 (12 por parroquia)
HORARIO	Consultar a táboa que se presenta a continuación
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte e Baamonde ou na escola de cada parroquia
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	12 € CURSO (pago único en outubro)

HORARIOS				
CURSO	2019-2020			
		ACTIVIDADE	Ximnasia de mantemento	
LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
				15.00 h - 16.00 h PACIOS
16.00 h - 17.00 h DONALBAI	16.00 h - 17.00 h FELMIL	16.00 h - 17.00 h CASTRO	16.00 h - 17.00 h BAAMONDE	16.00 h - 17.00 h TROBO
17.10 h - 18.10 h ILLÁN	17.10 h - 18.10 h DAMIL	17.10 h - 18.10 h BÓVEDA	17.10 h - 18.10 h VIRIS	17.10 h - 18.10 h GAIBOR
18.20 h - 19.20 h SAAVEDRA	18.20 h - 19.20 h SAN VICENTE	18.20 h - 19.20 h BEGONTE	18.20 h - 19.20 h CARRAL	18.20 h - 19.20 h CERDEIRAS

ESCOLAS MUNICIPAIS DE MÚSICA RÁBADE – BEGONTE – OUTEIRO

DESTINATARIOS	Adultos de 18 a 104 anos
HORARIOS E GRUPOS	Consultar en www.musicocrisanto.com
DURACIÓN	De outubro de 2019 a maio de 2020
PREZO	Consultar en www.musicocrisanto.com



NOTA ➡ Aínda que xa se iniciou o curso nas Escolas Municipais de Música, a matrícula está aberta. Consulta local, horarios e clases ofertadas ou formaliza a matrícula en www.musicocrisanto.com ou chamando ao 678 80 02 45.