



Concello de  
**Begonte**

## PRAZO DE INSCRICIÓN



Primeiro prazo  
Do 9 ó 26 de **SETEMBRO** de 2022



Segundo prazo  
Do 9 ó 20 de **XANEIRO** de 2023



Inscripción no **Concello de Begonte** ou  
mediante a **Sede Electrónica**.



# ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS E DEPORTIVAS 2022 - 2023



Pádel, cestería, pilates, robótica, ioga, bailes de salón, voleibol, baloncesto, ximnasia de mantemento, estimulación cognitiva, tenis, informática, fútbol sala, pintura, teatro, bádminton, taekwondo, zumba, natación, patinaxe e moitas máis!!



Duración das actividades: de outubro de 2022 a maio de 2023.

**PARA MÁIS INFORMACIÓN:** [www.concellodebegonte.es](http://www.concellodebegonte.es) ou no teléfono 982 39 61 43



# CONDICIÓN XERAIS

## PRAZO DE INSCRICIÓN DAS ACTIVIDADES 2022/2023

1º PRAZO: **DO 9 AO 26 DE SETEMBRO DE 2022** ➔ Publicación de admitidos/as: **entre o 27 e 30 DE SETEMBRO de 2022**

2º PRAZO: **DO 9 AO 20 DE XANEIRO DE 2023** ➔ Publicación de admitidos/as: **entre o 23 e o 27 DE XANEIRO de 2023**

**NOTA:** As listaxes de admitidos/as poderán consultarse en [www.concellodebegonte.es](http://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](http://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 2022 AO 31 DE MAIO DE 2023**

- Con carácter xeral, as actividades comezarán o 1 de outubro de 2022 e finalizarán o 31 de maio de 2023, 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 adultos/as 2022/2023

Anexo 2- Calendario actividades nenos/as 2022/2023

## PRAZAS

- A adxudicación das prazas farase por rigorosa orde de rexistro no Concello, tendo preferencia as persoas empadroadas sobre as non empadroadas.
- 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 inscitos/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

O alumnado que tramite a inscrición fóra de prazo e teña 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 2022 e o segundo en febreiro de 2023. 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 3 ao 7 de outubro de 2022 e do 30 de xaneiro ao 3 de febreiro de 2023**

- 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 cuadrimestral, a inscrición entenderase prorrogada, salvo formalización de baixa.

## OUTROS DATOS

- Quen participe en calquera das actividades da programación 2022/2023 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 inscritas en calquera actividade do Programa de Actividades Socioculturais e Deportivas 2022/2023 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 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 á actividades nos locais municipais estarán baixo a responsabilidade exclusiva dos seus pais, nais ou titores/as, encargados de transmitirilles as normas de convivencia antes e unha vez rematada a actividade en cuestión; do mesmo xeito, serán responsables de achegalos/as e recollelos/as á hora.
- Aquelas persoas que acumulen un 45% de faltas de asistencia causarán baixa na actividade.
- 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	mínimo 7
HORARIO	LUNS de 14.15 h a 15.00 h
LUGAR	Ximnasio CEIP Virxe do Corpiño (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	60 € CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

51 € CURSO

3º fillo/a

45 € CURSO

4º fillo/a

30 € CURSO

## PATINAXE/HÓCKEY SOBRE PATÍNS

DESTINATARIOS	Educación infantil e primaria
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	LUNS de 16.00 h a 17.00 h
LUGAR	Ximnasio CEIP Virxe do Corpiño (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	60 € CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

51 € CURSO

3º fillo/a

45 € CURSO

4º fillo/a

30 € CURSO

**NOTA** → Cada alumno/a deberá levar os seus propios patíns e proteccións 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 infantil e primaria
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	MÉRCORES de 14.15 h a 15.00 h
LUGAR	Ximnasio CEIP Virxe do Corpiño (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	60 € CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

51 € CURSO

3º fillo/a

45 € CURSO

4º fillo/a

30 € CURSO

## XIMNASIA RÍTMICA

DESTINATARIOS	Persoas de 3 a 18 anos
PRAZAS	100
HORARIO	<b>INICIACIÓN:</b> GRUPO I → XOVES de 16.00 h a 17.00 h  <b>CATEGORÍAS DE COMPETICIÓN*:</b> Os horarios para cada categoría incluíranse dentro das seguintes franxas horarias:  * Unha vez finalizado o prazo de inscrición as monitoras informarán aos/ás participantes dos horarios de cada categoría
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25 € CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

21.25 € CURSO

3º fillo/a

18.75 € CURSO

4º fillo/a

12.5 € 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 infantil e primaria
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	<b>MARTES de 14.15 h a 15.00 h</b>
LUGAR	Ximnasio CEIP Virxe do Corpiño (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	<b>60 € CURSO</b> (Pago único en outubro)

2º fillo/a

**51 € CURSO**

3º fillo/a

**45 € CURSO**

4º fillo/a

**30 € CURSO**

## XADREZ

DESTINATARIOS	Educación primaria
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	<b>LUNS de 19.30 h a 20.30 h</b>
LUGAR	Ximnasio CEIP Virxe do Corpiño (Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023-
PREZO	<b>25 €/MES</b> (8 pagos de 25€ mensuais)

2º fillo/a

**21,25 € MES**

3º fillo/a

**18,75 € MES**

4º fillo/a

**12,5 € MES**

## TENIS

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	<b>VENRES de 19.00 h a 20.00 h</b>
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	<b>25 €/MES</b> (8 pagos de 25€ mensuais)

### NOTA →

Cada participante deberá levar a súa propia raqueta identificada.

2º fillo/a

**17 € MES**

3º fillo/a

**15 € MES**

4º fillo/a

**10 € MES**





## NATACIÓN

DESTINATARIOS	Educación infantil e primaria
PRAZAS	máximo 30
HORARIO	MARTES de 17.15 h
LUGAR	D10 Centro Deportivo
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)

2º fillo/a

25,5 € MES

3º fillo/a

22,5 € MES

4º fillo/a

15 € MES

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

## TAEKWONDO

DESTINATARIOS	Nenos/as de 4 a 18 anos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	MARTES de 16.00 h a 17.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25 € MES (8 pagos de 25€ mensuais)

2º fillo/a

21,25 € MES

3º fillo/a

18,75 € MES

4º fillo/a

12,5 € MES

**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	Pavillón Municipal de Baamonde
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	<b>20 €/MES</b> (8 pagos de 20 € mensuais)

2º fillo/a

**17 € CURSO**

3º fillo/a

**15 € CURSO**

4º fillo/a

**10 € CURSO**



## HORARIOS CONCELLO DE BEGONTE F.S. 2022/2023

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
17:00h. a 18:00h. PREBENXAMÍN	17:00h. a 18:00h. BIBERÓN	17:15h. a 18:15h. PREBENXAMÍN	16:00h. a 17:15h. INFANTIL	16:30h. a 18:00h. CADETE + INFANTIL (opcional)
18:00h. a 19:00h. BENXAMÍN	18:00h. a 19:30h. INFANTIL + CADETE (opcional)	18:15h. a 19:15h. BENXAMÍN	17:15h. a 17:45h. ESPECÍFICO PORTEIR@S Alevín - Infantil	18:00h. a 19:30h. SENIOR FEMININO
19:00h. a 20:15h. ALEVÍN	19:30h. a 21:00h. XUVENIL	19:15h. a 20:30h. CADETE	17:45h. a 18:45h. ALEVÍN	19:30h. a 21:00h. XUVENIL
20:15h. a 22:00h. SENIOR B MASCULINO	20:00h. a 21:00h. ESPECÍFICO PORTEIR@S Cadete-Xuvenil-Senior	20:45h. a 22:00h. SENIOR FEMININO	18:45h. a 20:15h. XUVENIL	21:00h. a 23:00h. SENIOR MASCULINO
	21:00h. a 23:00h. SENIOR MASCULINO		20:15h. a 21:15h. SENIOR B MASCULINO	
			21:15h. a 23:15h. SENIOR MASCULINO	





## ROBÓTICA

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
PRAZAS	7
HORARIO	VENRES de 17.30 h a 18.30 h
LUGAR	Telecentro de Begonte (Antiga Cámara Agraria)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)

2º fillo/a

25,5 € MES

3º fillo/a

22,5 € MES

4º fillo/a

15 € MES

## VOLEIBOL

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
HORARIO	LUNS de 17.30 h a 18.30 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25 €/MES (8 pagos de 25 € mensuais)

2º fillo/a

21,25 € MES

3º fillo/a

18,75 € MES

4º fillo/a

12,5 € MES

## BÁDMINTON

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
HORARIO	VENRES de 16.00 h a 17.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25 €/MES (8 pagos de 25 € mensuais)

**NOTA** → Cada participante deberá levar a súa propia raqueta identificada.

2º fillo/a

21,25 € MES

3º fillo/a

18,75 € MES

4º fillo/a

12,5 € MES



## BALONCESTO (COLABORACIÓN COA FUNDACIÓN BREOGÁN)

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
HORARIO	MÉRCORES de 16.00 h a 17.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25 €/MES (8 pagos de 25 € mensuais)

2º fillo/a

21,25 € MES

3º fillo/a

18,75 € MES

4º fillo/a

12,5 € MES

## INFORMÁTICA E MECANOGRAFÍA

DESTINATARIOS	Nenos/as a partir de 7 anos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	MÉRCORES de 17.00 h a 18.00 h
LUGAR	Telecentro de Begonte (Antiga Cámara Agraria)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)

2º fillo/a

25,5 € MES

3º fillo/a

22,5 € MES

4º fillo/a

15 € MES

## COSTURA CREATIVA A MAN E A MÁQUINA

DESTINATARIOS	Nenos/as de 7 anos a 16 anos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	LUNS de 18.30 h a 19.30 h
LUGAR	Telecentro de Begonte (Antiga Cámara Agraria)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)

2º fillo/a

25,5 € MES

3º fillo/a

22,5 € MES

4º fillo/a

15 € MES



## INGLÉS SPEAKING & PLAY

DESTINATARIOS	Nenos/as ata 12 anos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	XOVES de 17.00 h a 18.00 h
LUGAR	Casa da Cultura de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	30 €/MES (8 pagos de 30 € mensuais)

2º fillo/a

25,5 € MES

3º fillo/a

22,5 € MES

4º fillo/a

15 € MES

## PÁDEL

DESTINATARIOS	Persoas de 7 a 16 anos
PRAZAS	12 (4 en cada categoría)
HORARIO	INICIACIÓN → MÉRCORES de 17.00 h a 18.00 h INTERMEDIO → MÉRCORES de 18.00 h a 19.00 h AVANZADO → MÉRCORES de 19.00 h a 20.00 h
LUGAR	Pista Municipal de Pádel de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25€/CURSO (Pago único en outubro)

2º fillo/a

21.25 € CURSO

3º fillo/a

18.75 € CURSO

4º fillo/a

12.5 € CURSO



## ESCOLAS MUNICIPAIS DE MÚSICA RÁBADE – BEGONTE- OUTEIRO

### DESTINATARIOS

Nenos/as de 4 a 18 anos

### HORARIOS E GRUPOS

Consultar en [www.musicocrisanto.com](http://www.musicocrisanto.com)

### DURACIÓN

De setembro de 2022 a maio de 2023

### PREZO

Consultar en [www.musicocrisanto.com](http://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](http://www.musicocrisanto.com) ou chamando ao 678 80 02 45.



# GUÍA DE ACTIVIDADES PARA MOZOS/AS E ADULTOS

## CESTERÍA

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	10
HORARIO	SÁBADO de 10.00 h a 12.30 h
LUGAR	Telecentro de Begonte (Antiga Cámara Agraria)
DURACIÓN	Do 01 de outubro de 2022 ao 28 de xaneiro de 2023
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	Nova aula multifunción (ao lado do Centro Sociocultural de Begonte)
DURACIÓN	Do 03 febreiro ao 27 de maio de 2023
PREZO	60€/CURSO (pago único)

## BAILES DE SALÓN

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	20
HORARIO	SÁBADO de 21.10 h a 22.45 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25€/MES



## ZUMBA NOCTURNO

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	15
HORARIO	VENRES DE 20.30 A 21.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	65€/CURSO

## INFORMÁTICA

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	XOVES de 19.00 h a 20.30
LUGAR	Telecentro de Begonte (Antiga Cámara Agraria)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25€/MES (8 pagos de 25 € mensuais)

## PINTURA

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	máximo 7 por grupo
HORARIO	GRUPO I → MARTES de 15.30 h a 17.00 h GRUPO II → MARTES de 17.00 h a 18.30 h GRUPO II → MARTES de 18.30 h a 20.00 h
LUGAR	Nova aula multifunción (ao lado do Centro Sociocultural de Begonte)
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	95€/CURSO (pago fraccionado: 47,5 € en outubro e 47,5 € en febreiro)





## PILATES

DESTINATARIOS	Mozos/as a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	Máximo: 10 por grupo
HORARIO	<b>BEGONTE:</b> GRUPO I → MARTES e XOVES de 10.30 h a 11.30 h GRUPO II → MARTES e XOVES de 11.30 h a 12.30 h <b>BAAMONDE:</b> MARTES e VENRES de 16.30 h a 17.30 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte e Baamonde, respectivamente.
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	<b>95€/CURSO</b> (pago fraccionado: 47,5 € en outubro e 47,5 € en febreiro)

## PILATES (NOCTURNO)

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	Máximo: 15
HORARIO	<b>MÉRCORES</b> de 21.00 h a 22.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	<b>65€/CURSO</b> (pago único en outubro)

## IOGA

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	10
HORARIO	<b>LUNS e MÉRCORES</b> de 20.00 h a 21.00 h
LUGAR	Centro Sociocultural de Baamonde.
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	<b>95€/CURSO</b> (pago fraccionado: 47,5 € en outubro e 47,5 € en febreiro)



## TENIS

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	16 (Mínimo: 4/ Máximo: 8 por grupo)
HORARIO	VENRES de 20.00 a 21.00 h
LUGAR	Pavillón Municipal de Begonte
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	25€/MES (8 pagos de 25€ mensuais)

**NOTA** → Cada alumno/a deberá levar a súa propia raqueta identificada.

## ACTIVIDADES RÍTMICAS/AERÓBIC

DESTINATARIOS	Mozos/as e a partir de 14 anos e adultos
PRAZAS	mínimo 7
HORARIO	MARTES e XOVES de 20.15 h a 21.15h
LUGAR	Centro Sociocultural de Begonte.
DURACIÓN	De outubro de 2022 a maio de 2023
PREZO	95€/CURSO (pago fraccionado: 47,5 € en outubro e 47,5 € en febreiro)

## ESTIMULACIÓN COGNITIVA (MEMORIA)

DESCRIÓN	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	mínimo 7
HORARIO	<b>BAAMONDE:</b> MARTES de 16.10 h a 17.10 h <b>BEGONTE:</b> 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 2022 a maio de 2023
PREZO	15€/CURSO (pago único en outubro)



## XIMNASIA DE MANTEMENTO

<b>DESTINATARIOS</b>	Exercicios enfocados á terceira idade
<b>PRAZAS</b>	192 (12 por parroquia)
<b>HORARIO</b>	Consultar a táboa que se presenta a continuación
<b>LUGAR</b>	Centro Sociocultural de Begonte e Baamonde ou na escola de cada parroquia
<b>DURACIÓN</b>	De outubro de 2022 a maio de 2023
<b>PREZO</b>	15€/ <b>CURSO</b> (pago único en outubro)

<b>HORARIO:</b>	Luns	16.00 - 17.00 H (Escola de Donalbai) 17.15 - 18.15 H (Escola de Illán) 18.30 - 19.30 H (Escola de Saavedra)
	Martes	16.00 - 17.00 H (Escola de Felmil) 17.15 - 18.15 H (Escola de Damil) 18.30 - 19.30 H (Escola de San Vicente)
	Mércores	16.00 - 17.00 H (Escola do Castro) 17.15 - 18.15 H (Escola de Bóveda) 18.30 - 19.30 H (Centro Sociocultural de Begonte)
	Xoves	16.00 - 17.00 H (Centro Sociocultural de Baamonde) 17.15 - 18.15 H (Escola de Carral) 18.30 - 19.30 H (Escola de Virís)
	Venres	15.00 - 16.00 H (Escola de Pacios) 16.15 - 17.15 H (Escola de Trobo) 17.30 - 18.30 H (Escola de Gaibor) 18.45 - 19.45 H (Escola de Cerdeiras)



## ESCOLAS MUNICIPAIS DE MÚSICA RÁBADE – BEGONTE – OUTEIRO

DESTINATARIOS

Adultos de 18 a 104 anos

HORARIOS E GRUPOS

Consultar en [www.musicocrisanto.com](http://www.musicocrisanto.com)

DURACIÓN

De outubro de 2022 a maio de 2023

PREZO

Consultar en [www.musicocrisanto.com](http://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](http://www.musicocrisanto.com) ou chamando ao 678 80 02 45.