



Concellería de Cultura

Concellería de Deportes

HORARIO ORIENTATIVO PARA ADULTOS ACTIVIDADES SOCIO-CULTURAIS, DEPORTIVAS E RECREATIVAS _CURSO 2019/2020

LUGAR: SANTA CRUZ

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
17:30-20:30				CORTE E CONFECCIÓN	
18:30-19:30	PILATES		PILATES		PILATES

LUGAR: LARAXE

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
16:00-19:00			BOLILLOS		
17:30-20:30		CORTE E CONFECCIÓN			

LUGAR: APEADOIRO

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO
17:00-20:00	PINTURA					
19:00-20:00		INGLÉS			INGLÉS	

LUGAR: AS VIÑAS

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO
16:00-19:00		BOLILLOS				BAILES DE SALÓN (horario por determinar)
17:30-20:30			CORTE E CONFECCIÓN			
16:30-17:30	XIMNASIA PÉLVICA					
19:30-20:30		IOGA 1º GRUPO		IOGA 1º GRUPO		
20:30-21:30		IOGA 2º GRUPO		IOGA 2º GRUPO		
19:00-20:00					TAI CHI	

LUGAR: PORTO

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
18:00-19:00	XADREZ				
18:00-19:00	XIMNASIA TERAPÉUTICA		XIMNASIA TERAPÉUTICA		XIMNASIA TERAPÉUTICA
19:00-20:00		PILATES		PILATES	
19:00-20:00	PILATES 1º GRUPO		PILATES 1º GRUPO		PILATES 1º GRUPO
19:30-21:00		TENIS		TENIS	
20:00-21:00	PILATES 2º GRUPO		PILATES 2º GRUPO		PILATES 2º GRUPO
20:00-21:00		ZUMBA		ZUMBA	

PAVILLÓN LAVANDEIRA

HORA	MÉRCORES
18:30-20:00	PATINAXE (coa clase dos/as nenos/as)

LUGAR: POR DETERMINAR

HORA	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
9:00 – 10:00	IOGA		IOGA		
10:30 – 11:30		PILATES		PILATES	

ÁREA RECREATIVA A VEIGA

HORA	SÁBADOS POLA MAÑÁ
POR DETERMINAR	PÁDEL

TEATRO	LUGAR E HORARIO A DETERMINAR
--------	------------------------------