

ESCOLAS DEPORTIVAS VERÁN

EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE.-

Idades: de 3 a 5 anos.
Horarios: martes e xoves, de 11:00h. a 12:00h.
Lugar: Polideportivo r/Venecia.

FÚTBOL SALA.- Idades: de 4 a 8 anos.
Horarios: luns e mércores, de 10:00h. a 11:00h.
Lugar: Polideportivo r/Venecia.

MULTIDEPORTE.- Idades: de 6 a 10 anos.
Horarios: luns e mércores, de 11:00h. a 12:00h.
Lugar: Polideportivo r/Venecia

FÚTBOL-PRAIA.- Idades: a partir de 10 anos
Horarios: martes e xoves, de 12:15h. a 13:30h.
Lugar: Campos de xogo de Cabío.

INICIACIÓN AO BAILE DEPORTIVO (Salsa de competición, Hip-Hop, Rock acrobático,.....)

Horarios:-
-Luns de 12:00h. a 13:00h. e venres de 11:00h. a 12:00h.- Idades: de 3 a 5 anos.
-Mércores de 12:00h. a 13:00h. e venres de 12:00h. a 13:00h.- Idades de 6 a 11 anos.
Lugar: Polideportivo r/Venecia.

VOLEI-PRAIA.- Idades: a partir de 8 anos.
Horarios: martes e xoves, de 18:00h. a 19:00h.
Lugar: Campos de Volei de Cabío.

NOTA: A INSCRIPCIÓN NAS ACTIVIDADES DESTE RECADRO É DE 10 €/MES OU 15 €/2 MESES

ACTIVIDADES ADULTOS

CARDIO—DANCE -

Horarios: martes e xoves, de 21:00h. a 22:00h.

Lugar: Polideportivo r/Venecia.

Inscripción: 6 euros/mes

PILATES.-

Horario: luns e mércores, de 21:00h. a 22:00h.

Lugar: Ximnasio do CEP Salustiano Rey Eiras

(Bsndaseca)

Inscripción: 6 €/mes

ACTIVIDADE PARA MAIORES—CACHIBOL

Organiza: Xunta de Galicia e Centro Sociocomunitario da Pobra do Caramiñal.

Horario: martes e venres, de 10:00h. a 11:00h.

Lugar: Polid. r/Venecia.

Inscripción : Gratuíta.

ACTIVIDADES CLUBS DEPORTIVOS

BALONCESTO (Club Asambal) .-

Idades: de 8 a 14 anos.

Lugar: Polidep. r/Venecia

Horario: martes e xoves, de 12:00h. a 13:00h.

Inscripción: 15 €/mes.

FÚTBOL .(Crocha Balompé, C.F.)

Idades: de 9 a 16 anos.

Horario: martes e xoves, a partir das 19:00h.

Lugar: Campo Ramón Franco

Inscripción: gratuíta

INICIACIÓN AO TENIS.- (Club de Tenis Punta Salera)

Idades: de 7 a 14 anos,

Horario: luns e xoves, entre ás 10:00h. as 13:00h.

Lugar: Pistas Devesa

Inscripción: 30 € 2meses.

ESCOLA PERFECCIONAMENTO TENIS.-

Consultar no Clu b.

ARTES MARCIAIS (Asoc. Dep. Kempo do Barbanza)

Idades: a partir de 5 anos.

Horario: martes e xoves, de 13:00h. a 14:00h.

Lugar: Polid. R/ Venecia.

Inscripción: 15 euros/mes

INICIACIÓN A PATINAXE ARTÍSTICA (Club Patinaxe A Pobra)

Idades: a partir de 4 anos.

Horario: martes e xoves, de 12:00h. a 13:00h.

Lugar: Polideportivo Tomada

Inscripción: 10 €/mes

ACTIVIDADES NO MAR

REMO.- (Club de Remo Puebla)

Idades: a partir de 11 anos. Saber nadar.
Horarios: martes e xoves, de 20:30h. a 21:30h. e sábados de 11:30h. a 12:30h.
Lugar: Edificio de Usos Náuticos.
Inscripción: 15 € / mes.

PIRAGÜÍSMO.- (Asoc. Atletismo e Deportes do Barbanza)

A partires de 10 anos (saber nadar). Ed. Usos Náuticos . Horario: luns, mércores e venres, de 11:00h. a 13:00h.. (10 euros/mes)

VELA.- (Club Náutico Caramiñal)

Cursos de Vela, de martes a venres, de 16 h.

Horario: de 16:00h. a 20:00h.

Idades: de 8 a 15 anos.

ACTIVIDADES LÚDICO DEPORTIVAS

IV CAMPUS DE FÚTBOL BASE “Parque Empresarial

A Tomada”- 28 xuño ao 9 xullo 2010

Organiza: Puebla F.C.

XX FESTA DA BICI.- 25 xullo-Praza Maior- 11:00h.

CAMPUS DE VERÁN DE PATINAXE

Idades: de 3 a 20 anos

Do 2 ao 14 de agosto.

Polideportivo da Tomada

Organiza: Club Patinaxe A Pobra

DÍA DO DEPORTE NA RÚA.-

PISTA APLICACIÓN INFANTIL

27 agosto- a partires das 11:00h.—Praza Maior

FOLLA INSCRICIÓN

ESCOLA DEPORTIVA:.....
Nome e apelidos
DNI:.....Data de nacemento:.....
Enderezo:.....
Teléfono:.....

A Pobra do Caramiñal, a ___ de ___ de 2010

Asdo.: Pai/nai/titor/a

Nome e apelidos:

COMPETICIÓN DEPORTIVAS

II TORNEO FÚTBOL 7 "CAMPUS PUEBLA F.C."

Benxamín e Alevín - 3 e 4 xullo—Estadio da Alta

MARATÓN TENIS—CLUB TENIS PUNTA SALERA

18 XULLO

MARATÓN FÚTBOL SALA "CONCELLO DA POBRA"

30, 31 de xullo e 1 de agosto

TÓDALAS CATEGORÍAS—Polideportivo r/Venecia.

TORNEO FÚTBOL-PRAIA 3x3—

CATEGORÍAS INFERIORES (de Benxamín a Xuvenil)

DATAS: 13 e 14 de agosto. . Lugar: Cabío.

VII CIRCUITO GALEGO DE AUGAS ABERTAS

X I TRAVESÍA A NADO "CARME DOS PINCHEIROS".

Agosto. - Rampa do Pantalán.

REGATA DE TRAIÑAS—V BANDEIRA CONCELLO DA POBRA

28 de agosto—ás 17:00h.

X CIRCUITO DE VOLEI-PRAIA .

Datas: 21 e 22 de agosto—Lugar: Cabío.

II CARREIRA POPULAR "CONCELLO DA POBRA DO CARAMIÑAL"

29 agosto—11:00h.— Percorrido urbano

REGATAS VELA—CLUB NÁUTICO CARAMIÑAL

Regata Rías Baixas –15 agosto.

II REGATA CARME DOS PINCHEIROS.–

21 e 22 agosto.

MILLA URBANA NOCTURNA (tódalas categorías)

17 setembro—23:00h.-Saída: Xardíns Valle Inclán.

Organiza Asoc. de Atletismo e Deportes do Barbanza.

Torneo Fútbol "I MEMORIAL "PABLO FDEZ. GIGIREY".–

Categorías Benxamín e Alevín

DATA: 17 e 18 setembro. Estadio da Alta.

Organiza Crocha Balompé C.F.

www.apobradeportes.com



Información e inscrición no Dpto. de
Deportes da Pobra, Casa da Cultura e

Xuventude "Raquel Fdez. Soler"

Horario: de 9:30h. a 14:30h.

Telf./fax: 981832590

www.apobradeportes.com