



HORARIOS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

ACTIVIDADE	DÍAS	LUGAR	GRUPOS		V
IOGA	martes e xoves	Pavillón Municipal	I	17.00 a 18.00	-
			II	18.00 a 19.00	-
AERÓBIC	martes e xoves	Pavillón Municipal	I	19.30 a 20.30	-
			II	20:30 a 21:30	-
ACT. Fª MANTEN.	luns e mércores	Pavillón Municipal	I	10.00 a 11.00	-
			II	11:00 a 12:00	6
			III	19.30 a 20.30	-
			IV	20.30 a 21.30	5
			V	21.30 a 22.30	13
ACT. Fª MAI.	luns e m.	Hum. Juanes	I	18.15 a 19.15	-
PILATES	luns e mércores	Pavillón Municipal	I	17:30 a 18:30	-
	martes e xoves		II	18:30 a 19:30	-
			III	18.00 a 19.00	-
			IV	19.00 a 20.00	-
			V	20.00 a 21.00	-
			VI	21.00 a 22.00	-
ZUMBA	luns e mércores	Pavillón municipal	I	20.15 a 21.15	-
			II	21.15 a 22.15	2
SURF	luns	Praia de Patos	I	16:30 a 18:00	3
	martes		II		2
	martes		III		2
	mércores		IV		0
	xoves		V		1

TENIS	ADULTOS	Instalacións deportivas Dunas de Gaifar	luns e mércores	18:15 a 20:15h	1
			martes e xoves	18:15 a 20:15h	3
			sábados	16:00 a 19:00h	0
	NENOS	Instalacións deportivas Dunas de Gaifar	luns e mércores	16:00 a 18:15h	6
			martes e xoves	16:00 a 18:15h	9
			sábados e domingos	10:00 a 14:00h	19
MARCHA NÓRDICA	martes e xoves	Pavillón municipal	I	10.30 a 12.00	5
			II	17:00 a 18:30	9
ADESTRAM. FUNCIONAL	luns e mércores	Pavillón municipal	I	19.30 a 20.30	-
			II	20.30 a 21.30	-
TAI CHI	luns e mércores	Pavillón Municipal	I	9:00 a 10:00	-
			II	10:00 a 11:00	-
			III	18:00 a 19:00	-
			IV	19:00 a 20:00	-
TOTAL				86	

**HORARIOS ACTIVIDADES CULTURAIS**

ACTIVIDADE	LUGAR	GRUPOS		HORARIOS	V
PINTURA	FARO de GAIFAR	de 8 a 16 anos	mércores	16:00 a 17:45	-
		adultas/os	martes	10:00 a 13:00	-
			xoves		-
			luns	15:45 a 18:45	-
			luns	18:45 a 21:45	-
		adultas/os	mércores	17:45 a 20:45	-
GRAVADO		adultas/os	martes	16:30 a 19:30	-
			venres	10:00 a 13:00	2
CERÁMICA	Antigas Escolas Infantís de Cotros	de 8 a 16 anos	martes	17:30 a 19:00	-
		adultas/os	martes	10:30 a 12:30	-
				19:00 a 21:00	-
TORNO			luns		17:00 a 19:00
	19:00 a 21:00				-

TEATRO	Auditorio Concello Nigrán	Grupo A: nados entre 2019 e 2021 xoves ás 16:00	4
		Grupo B: nados entre 2015 e 2018 xoves ás 17:15	-
		Grupo C: nados entre 2011 e 2014 xoves ás 18:30	4
		Grupo D: nados antes do 2006 inc. xoves ás 20:15	7
	CPI Panxón	Grupo E: nados entre 2007 e 2010 venres ás 18:30	10
		Grupo F: nados antes do 2006 inc. venres ás 20:15	11
CÓMIC	CIM	Nados antes do 2016 incluído Martes 18 a 20h	0
TOTAL			38