

Queimagraxas

HORARIO: LUNS E XOVES DE 20:15 A 21:00
INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA
COTA: 20€**
IMPARTIDO POR SOFÁN FITNESS

Ximnasia de mantemento suave

HORARIO:
MARTES E VENRES DE 10:00 A 11:00
OU
LUNS DE 18:00 A 19:00 E XOVES DE 16:00 A
17:00
INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE LAMAS DE
CASTELO
COTA: 10€
IMPARTIDO POR FERNANDO

**** A cota aboarase directamente ao monitor/a**



***inscricións abertas**



Comenzamos o 2 de outubro!!

Organiza



Colabora



Actividades deportivas

Concello de Carnota

2023/2024



Para a rapazada!

Baile activo

IDADES: A PARTIR DOS 3 ANOS

HORARIO:

DE 3 A 8 ANOS: VENRES DE 17:00 A 18:00

DE 9 EN ADIANTE: VENRES DE 18:00 A 19:00

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 15€**

IMPARTIDO POR SOFÁN FITNESS

Fútbol – Fútbol sala

IDADES: A PARTIR DOS 3 ANOS

HORARIO:

BIBERÓNS: LUNS E MÉRCORES DE 17:00 A 18:00

INSTALACIÓN: LAMAS DE CASTELO

PREBENXAMÍNS: LUNS E MÉRCORES DE 18:00 A 19:30

BENXAMÍNS: MARTES DE XOVES DE 17:30 A 19:00

ALEVÍNS: MARTES E XOVES DE 19:00 A 20:30

INFANTÍS: LUNS E MÉRCORES DE 19:30 A 21:00

CADETES: MÉRCORES DE 19:30 A 21:00 E

VENRES DE 18:00 A 19:30

INSTALACIÓN: CAMPO DE FÚTBOL DE LOMBÁNS

COTA: 10€

Patinaxe

IDADES: A PARTIR DE 3 ANOS

HORARIO:

DE 3 A 6 ANOS: XOVES DE 16:00 A 17:00

DE 7 A 11 ANOS: XOVES DE 17:00 A 18:00

DE 12 A 16 ANOS: MARTES DE 17:00 A 18:00

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 5€

IMPARTIDO POR MARIA LESTÓN

Patinaxe artístico

IDADES: A PARTIR DE 3 ANOS

HORARIO:

DE 3 A 8 ANOS: MARTES DE 17:00 A 18:00

DE 8 ANOS EN ADIANTE: MARTES DE 18:00 A
19:00

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE LAMAS DE
CASTELO

COTA: 20€**

IMPARTIDO POR PATINAXE COSTA DA MORTE A
TRAVÉS DA ASOCIACIÓN PEDRAS DA AREA

Psicomotricidade

IDADES: DE 3 A 6 ANOS

HORARIO: MARTES DE 16:00 A 17:00

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 5€

IMPARTIDO POR MARÍA LESTÓN

Taekwondo

IDADES: A PARTIR DOS 3 ANOS

HORARIO: MÉRCORES DE 16:30 A 17:30

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 20€**

IMPARTIDO POR JUAN

Adultos e adolescentes

Actívatel!

HORARIO: MARTES E XOVES DE 18:00 A 19:00

OU DE 19:00 A 20:00

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 10€

IMPARTIDO POR MARÍA LESTÓN

Baile activo

HORARIO: MARTES DE 20:00 A 20:45

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 15€**

IMPARTIDO POR SOFÁN FITNESS

GAP

HORARIO: LUNS E XOVES DE 19:30 A 20:15

INSTALACIÓN: LAMAS DE CASTELO

COTA: 20€**

IMPARTIDO POR SOFÁN FITNESS

Pilates

HORARIO: MARTES DE 20:45 A 21:30

INSTALACIÓN: PAVILLÓN DE CARNOTA

COTA: 15€**

IMPARTIDO POR SOFÁN FITNESS