

VERÁN 2023



ACTIVIDADES Deportivas e Culturais

NORMAS XERAIS

Importante!

O CONCELLO RESÉRVASE O DEREITO DE COMEZAR, SUSPENDER OU MODIFICAR HORARIOS ATENDENDO AO NÚMERO DE INSCRITOS OU NECESIDADES DO SERVIZO. NESTES CASOS OS ADESTRADORES E MONITORES DAS ACTIVIDADES INFORMARÁN OS USUARIOS.

- Hai un seguro obrigatorio de **8 € válido** para todas as escolas municipais. Válido ata o 31/08/2023.
- As altas ou baixas nas actividades tramitaranse pola sede electrónica ou polo Rexistro Municipal cubrindo a folla de inscrición. No Concello poden darse de alta no sistema Cl@ve para poder empregar a sede electrónica municipal.
- En caso de haber máis inscricións que prazas terán preferencia as persoas empadroadas.

- A forma de pago poderá ser:

- Mensual (obrigatorio domiciliadas, excepto cursos de natación pago único)
- Curso completo
- O 2º irmán terá un desconto do 10 % nas inscricións da mesma actividade.
- As familias numerosas e maiores de 65 terán un desconto do 15 %.
- As persoas empadroadas con discapacidades ou precariedade económica poderán solicitar redución ou gratuidade baixo informe de Servizos Sociais.

- Os bonos non están suxeitos aos descontos.

- No caso de ter dereito a máis dun desconto só se aplicará un deles, e non serán acumulables.
- Aquelas persoas que teñan máis de dúas cotas pendentes consideraranse baixa automática da actividade.

MÁIS INFORMACIÓN:

CONCELLO: 981 647 909
www.abegondo.gal

DEPORTES

DEPORTES: 655 998 023 (de 8:30 a 14:30)
PAVILLÓN: 630 404 667
XIMNASIO - PISCINA: 659 655 989

<https://www.facebook.com/deportes.abegondo/>
[instagram.com/deportes.abegondo.noticias/](https://www.instagram.com/deportes.abegondo.noticias/)

CULTURA

CULTURA: 981 647 996
cultura@abegondo.gal
Facebook Cultura Abegondo Concello de Abegondo

BIBLIOTECA: 981 669 266
biblioteca@abegondo.gal

AULA LÚDICA: 681 228 696 (Atende whatsapp)

PISCINA

APERTURA:
DO 24 DE XUÑO ATA
O 10 DE SETEMBRO



CURSOS DE NATACIÓN

Para nen@s a partir de 3 anos (2019)

Prazas limitadas a 10 alumnos por clase

O prezo por quenda é de 10 € (o pago será único independentemente das quendas nas que se apunte). Os alumnos poderán inscribirse en varias quendas

1^a
QUENDA

3 ao 14 de xullo

2^a
QUENDA

17 ao 28 de xullo

3^a
QUENDA

31 xullo ao 11 de agosto

4^a
QUENDA

14 ao 25 de agosto

Luns • Martes • Xoves • Venres

12:00 h a 12:30 h

5 a 7 anos

8 a 10 anos

12:45 h a 13:15 h

3 a 4 anos

9 a 12 + anos

13:30 h a 14:00 h

4 a 5 anos

6 a 8 anos

NORMAS CURSO DE NATACIÓN

- Os alumnos deberán chegar co bañador posto para realizar a clase.
- A entrada e saída será pola porta principal.
- Os adultos que queiran nadar de maneira deportiva o horario será de 12:00 h a 14:15 h sempre con cita previa, nun carril.

Piscina

HORARIO: 12:00 h a 20:00 h

**A entrada da piscina ten un custo de
1€ /día (nenos) - 2 € /día (adultos)**

Pagarase na entrada en metálico ou por TPV



**CLAUSURA
ESCOLAS MUNICIPAIS
DE NATACIÓN**

**31 de agosto
FESTA CON
INCHABLES
HORARIO DE MAÑÁ**



**Visita
VENRES 28 DE XULLO
AO AQUAPARK
EN CERCEDA**

As rapazas e rapaces que teñan 8 anos ou máis poderán asistir gratuitamente ao Aquapark de Cerceda. Hai 55 prazas dispoñibles. Terán prioridade os alumnos e alumnas das actividades municipais tanto culturais como deportivas.

Inscripción no concello.

Obrigatorio saber nadar.

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

ENCORO DE BECHE

PISCINA APERTURA

DO 9 DE XUÑO ATA
O 15 DE SETEMBRO

HORARIO

10:00 h a 22:00 h

As persoas empadroadas terán un
desconto na entrada da piscina

Actividades que se van desenvolver

- Kaiak no encoro
- Paddel surf no encoro
- Sendeirismo e rutas autóctonas
- Rutas en bicicleta
- Actividades acuáticas na piscina tipo aquagym e similar
- Xogos populares enfocados para nenas e nenos
- Ioga
- Rutas a cabalo



Teléfono de contacto:
635 60 12 65
Correo electrónico:
hello@beche-ecocamp.com
Web:
beche-ecocamp.com



Deportes

TIRO CON ARCO (só mes de xullo)

Instalación	Idade	Días	Horario	Prazas
Encoro de Beche	A partir de 6 anos	Pendente	Curso de 2 horas 17:00 h a 19:00 h	Prazas reducidas

Prezo/mes **Gratuito**



EM Hípica - iniciación e saltos

Lugar	Idade	Días	Horario
Orto	Todas as idades	Clases de 1 ou media hora Horarios adaptados ao alumnado	

Prezo/hora **15 €**

Prezo/mes **60 €**



KAIKAK

Instalación	Idade	Días	Horario	Prazas
Encoro de Beche	A partir de 6 anos	Pendente	Curso de 2 horas á semana	Prazas reducidas

Prezo/mes **15 €**



VOLEIBOL (só mes de xullo)

Instalación	Idade	Días	Horario	Prazas
Pavillón San Marcos	Todas	Segundo demanda	Horario de tarde	Ata límite capacidade

Prezo/mes **15 €**



Deportes

CAMPUS DE VERÁN 2023

CAMPUS DE FÚTBOL DEPORCAMPUS

Horario: de 10:00 h a 14:00 h



DEPOR
CAMPUS **CABREIROÁ**

ABEGONDO

VERÁN 2023

1ª Semana	26 ao 30 de xuño
2ª Semana	3 ao 7 de xullo
3ª Semana	10 ao 14 de xullo
4ª Semana	17 ao 21 de xullo
5ª Semana	24 ao 28 de xullo
6ª Semana	31 de xullo ao 4 de agosto

De 10:00 h a 14:00 h

INSCRÍBETE
ATA O 21/06 ÁS 12:00 H

PRAZAS
LIMITADAS

120

<http://deporcampus.rcdeportivo.es/>

Gratuito para os xogadores da escola municipal de fútbol na tempada 2022-2023

Deportes

CAMPUS DE XIMNASIA RÍTMICA

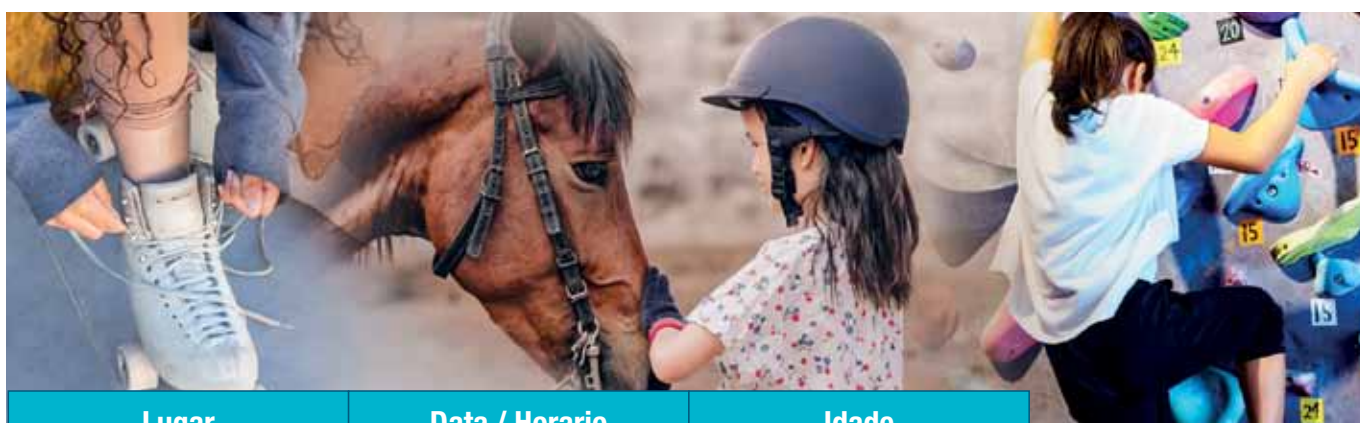


Lugar	Data / Horario	Idade
Pavillón San Marcos	Do 10 ao 14 de xullo	Dende 4 anos

Prezo 30 €

Prazas:
grupos reducidos

CAMPUS MULTIDEPORTE: PATINAXE, CABALOS, ROCÓDROMO...



Lugar	Data / Horario	Idade
Pavillón San Marcos	1ª QUENDA De 3 ao 7 de xullo	De 4 a 10 anos
	2ª QUENDA De 24 ao 28 de xullo	Dende 11 anos

Prezo 30 €

Prazas:
grupos reducidos

Deportes

CAMPUS DE FÚTBOL



Lugar	Data / Horario	Idade
Campo de fútbol San Tirso	Do 10 ao 14 de xullo	Dende 5 anos

Prezo 30 €

Prazas:
grupos reducidos

CAMPUS DE HÍPICA



Lugar	Data / Horario	Idade
Pavillón San Marcos	Do 17 ao 21 de xullo	Dende 4 anos

Prezo 30 €

Prazas:
grupos reducidos

Deportes

CAMPUS DE TAEKWONDO



Lugar	Data / Horario	Idade	Prezo	30 €
Pavillón San Marcos	Do 31 de xullo ao 4 de agosto	Todas	Prazas: grupos reducidos	

CAMPUS DE HÓCKEY HERBA



Lugar	Data / Horario	Idade	Prezo	30 €
Campo de fútbol San Tirso	Do 3 ao 7 de xullo	Dende 5 anos	Prazas: grupos reducidos	

Deportes



CLUB BM ABEGONDO - SAN TIRSO

CAMPUS TECNIFICACIÓN BALONMÁN E BALONMÁN PRAIA



Lugar	Data / Horario	Idade
Pavillón San Marcos	Do 17 ao 21 de xullo	Dende 5 anos

**Teléfono de contacto:
686 275 204**

ALUGUEIRO DE INSTALACIÓNS

BOP N.º 44 de 8 de marzo de 2010

Campos de fútbol municipais	Actividade	Campo completo	Medio campo
	Adestramentos	35 €/hora	18 €/hora
	Competicións	60 €/dúas horas	25 € /dúas horas
	Uso libre	35 €/hora	18 €/hora
Pavillóns municipais	Actividade	Campo completo	Medio campo
	Adestramentos	30 €/hora	15 €/hora
	Competicións	50 €/dúas horas	20 € /dúas horas
	Uso libre	30 €/hora	15 €/hora

Para o alugueiro de instalacións deben poñerse en contacto co departamento de Deportes. O alugueiro sempre queda pendente da dispoñibilidade das instalacións. O ingreso das cotas realizarase na conta municipal ABANCA ES43 2080-0044-40-3110000116 sempre e cando se autorice o alugueiro.

Deportes

INICIO PRETEMPADA 2023-2024 FÚTBOL - XIMNASIA RÍTMICA - BALONMÁN

MES DE AGOSTO

Prezo

12 €/agosto

CATEGORÍAS

MODALIDADE	Biberón	Prebenxamín	Benxamín	Alevín	Infantil	Cadete	Xuvenil	
Fútbol/Balonmán	2019-2018	2017-2016	2015-2014	2013-2012	2011-2010	2009-2008	2007-2006	
MODALIDADE	Minibabies	Babies	Prebenxamín	Benxamín	Alevín	Infantil	Cadete	Sénior
Ximnasia Rítmica	2019	2018	2018-2017	2017-2016-2015	2015-2014-2013	2013-2012-2011	2011-2010-2009	2009-2008-2007-2006

Horarios FÚTBOL (comezo: 16 de agosto)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Cadetes 10:00 h a 11:30 h	Infantil 10:30 h a 12:00 h	Cadetes 10:00 h a 11:30 h	Infantil 10:30 h a 12:00 h	Cadetes 10:00 h a 11:30 h

Horarios XIMNASIA RÍTMICA (comezo: 1 de agosto)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES
12:00 h a 14:00 h	12:00 h a 14:00 h	12:00 h a 14:00 h	12:00 h a 14:00 h



CLUB BM ABEGONDO - SAN TIRSO

Horarios BALONMÁN (comezo: 16 de agosto)

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Infantil 10:30 h a 12:00 h	Cadete/Xuvenil 10:30 h a 12:00 h	Infantil 10:30 h a 12:00 h	Cadete/Xuvenil 10:30 h a 12:00 h	Infantil 10:30 h a 12:00 h Cadete/Xuvenil 12:00 h a 13:30 h

Preparación fase ascenso a División de Honra

Teléfono de contacto: 686 275 204

Deportes

ACTIVIDADES ADULTOS

CLUB ANDAINAS

Prezo

GRATUÍTO

Realizarase un grupo de WhatsApp para as saídas	Días	Datas
	Un día á semana	Xullo e agosto



XIMNASIA SAÚDE (só xullo)

Prezo/mes

15€

Instalación	Días	Horario
Pavillón San Marcos	Martes e xoves	Grupo 1- 9:00 h a 10:00 h Grupo 2- 10:00 h a 11:00 h



AQUAGYM

Prezo

GRATUÍTO

Instalación	Idade	Días	Horario	Prazas
Piscina municipal	Todas	Mércores 9 e 23 de agosto	Curso de 1 hora 12:00 h a 13:00 h	Máximo de 25 por curso



CORPO FITNESS (Só xullo)

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
M A Ñ A	9:45 h Pilates	10:00 h Adestramento Hit	9:45 h Pilates	10:00 h Adestramento Core	9:45 h Pilates

Prezos abonos Sala Fitness

Clases/semana	1 clase semana	2 clases semana	3 clases semana	4 clases semana	5 ou máis clases Abono completo
Prezo/mes	10 €/mes	15 €/mes	20 €/mes	25 €/mes	30 €/mes

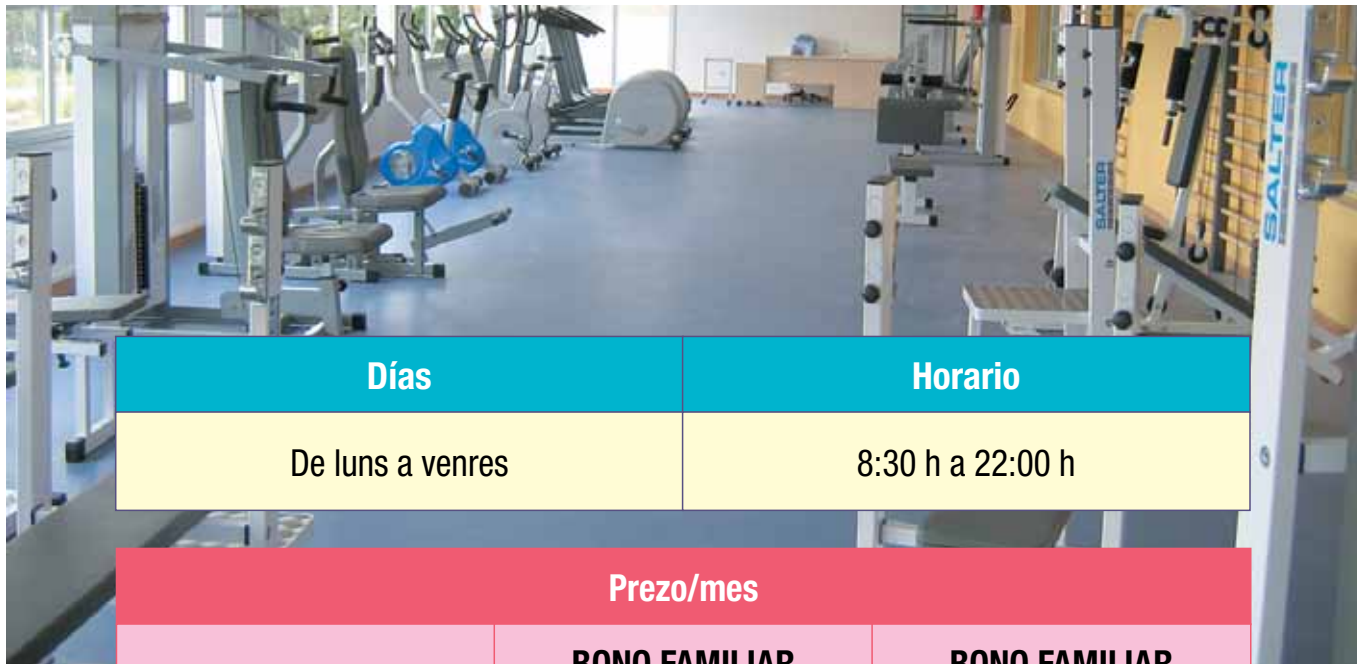
Abono individual Ximnasio + Fitness

Clases/semana	1 clase +ximnasio	2 clases +ximnasio	3 clases +ximnasio	4 clases +ximnasio	5 ou máis clases Abono completo
Prezo/mes	20 €/mes	25 €/mes	30 €/mes	35 €/mes	40 €/mes

Deportes

XIMNASIO

Actividade anual - A partir de 13 anos



Días	Horario
De luns a venres	8:30 h a 22:00 h

Prezo/mes		
INDIVIDUAL 15 €	BONO FAMILIAR (2 persoas) 25 €	BONO FAMILIAR (3 persoas ou máis) 35 €

XULLO E AGOSTO
Poderase pagar entrada ao ximnasio por día: 4 €/día con TPV (tarxeta de crédito)

ADESTRAMENTO FUNCIONAL (só xullo)

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES
TARDE		19:15 h Crossfit		19:15 h Crossfit
		20:45 h Crossfit		20:45 h Crossfit

Prezo/mes 25 €

Abono individual Adestramento funcional + Ximnasio: 30 €/mes

Deportes

ADESTRAMENTO PERSOAL

Queres un adestramento cun profesional para ti só?



Adaptámonos á túa dispoñibilidade de hora, día e lugar para facer deporte

Clases de 45 minutos intensivas

Prezo por clase: 10 €

Cultura

PACK DE VERÁN

**ABETECA: PROGRAMA DE
CONCILIACIÓN MUNICIPAL
(VALIDADO POLA XUNTA DE GALICIA)**

Prezo
mensual

89€

Prezo
quincena

50€

**2º IRMÁN
10%
DE DESCENTO**

HORARIO AULA LÚDICA: XULLO E AGOSTO

De luns a venres de 8:30 h a 14:30 h

AULA LÚDICA

Este pack está deseñado para ofrecer aos rapaces e rapazas de Abegondo de 3 a 14 anos unha alternativa para pasar o verán, onde ademais de divertirse saquen proveito pedagóxico e de convivencia. Algúns exemplos de actividades serían:

- Estimular a cooperación e a participación mediante o xogo (tanto dirixido, en equipo como libre)
- Actividades plásticas con material de refugallo para fomentar a creatividade.
- Promover a lectura (contos, teatro, marionetas...)
- Uso das novas tecnoloxías (ordenador, pantalla dixital...)
- Pintura e debuxo empregando diferentes técnicas.

Pódese alternar a asistencia á Aula Lúdica xunto coa asistencia a actividades deportivas, coordinándose para iso os distintos monitores.



NOTA: No mes de agosto os nenos e nenas que aínda non teñan os tres anos, pero están preto de cumprilos, e se van escolarizar no mes de setembro poderán acudir sempre e cando cumpran cun mínimo de requisitos (como o control de esfínteres, ter certa autonomía para vestirse, comer sós...). Pasarán uns días de proba e as técnicas da Aula Lúdica considerarán se están aptos e se se encontran cómodos para a aprendizaxe nos grupos establecidos.

CONCILIA VERÁN

NOVO

O Concello de Abegondo oferta a posibilidade de complementar o horario da Aula Lúdica e do Pack de Verán para unha mellor conciliación das familias nos días non lectivos, nos meses de xuño, xullo, agosto e setembro.



DATAS	HORARIOS DISPOÑIBLES
Xuño: do 22 ao 30 Xullo: mensual Agosto: mensual Setembro: do 1 ao 8	Dende as 7:30 h ata o comezo da actividade ata as 16:30 h dende o remate da actividade.

HORARIO AULA LÚDICA: XUÑO E SETEMBRO
(Días non lectivos)
Dende 8:30 h a 14:30 h

Prezo **2 € / hora**



Reforzo en Logopedia

Sesións individuais

Prezo

10 € / sesión

HORARIOS REDE BIBLIOTECARIA DE VERÁN



HORARIO VERÁN BIBLIOTECA MUNICIPAL

Luns a venres
de 9:00 h a 14:30 h

ZONA WIFI

Hai acceso gratuíto a internet e ZONA WIFI, á que se poden conectar tamén nas inmediacións da biblioteca



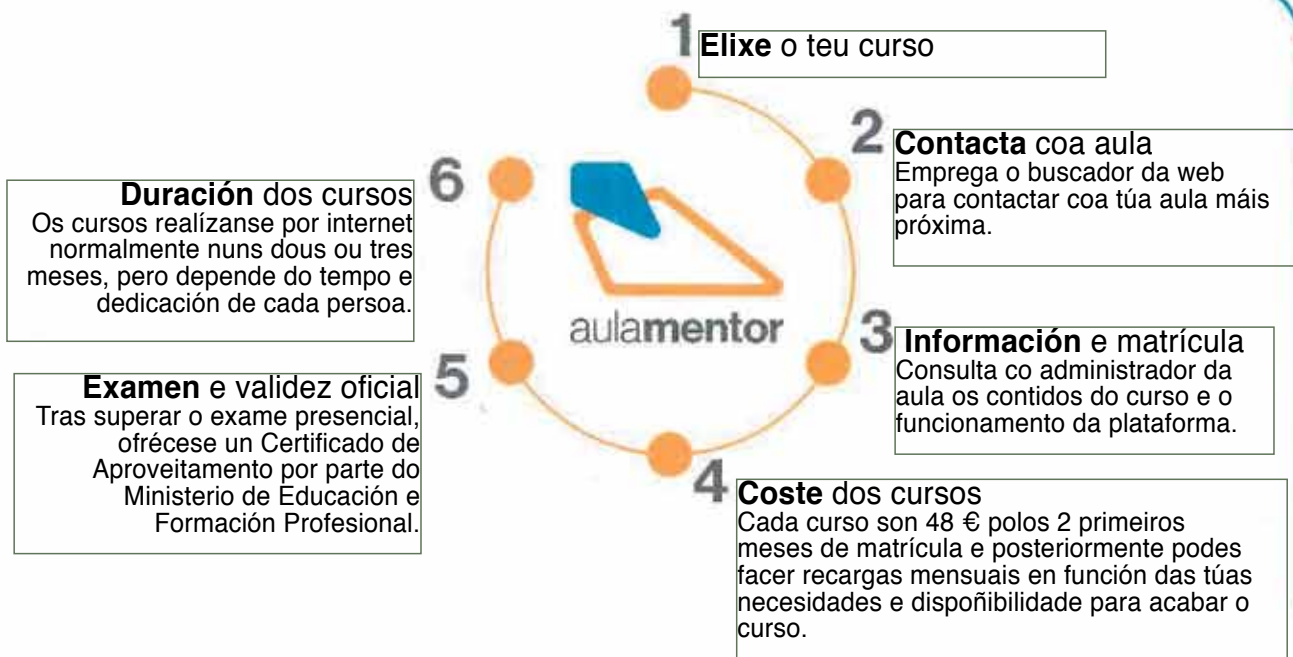
Aula Mentor

Aula Mentor é un programa de **formación online no regrada, flexible e con titorías personalizadas**, dirixido a persoas adultas maiores de 18 anos con un amplo catálogo de cursos cos que acompletar as competencias persoais e profesionais permitindo **reforzar as posibilidades de emprego**.

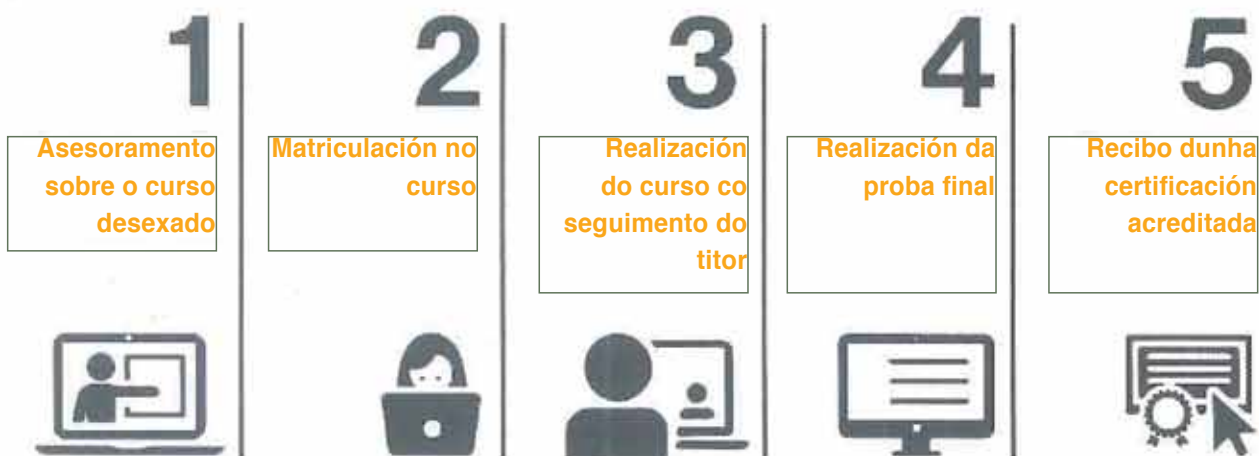
O Programa Aula Mentor conta con unha oferta de cursos referenciados o **Catálogo Nacional de Calificacións Profesionais** polo que existe a posibilidade de acumular e capitalizar aprendizaxes que son susceptibles de **recoñecemento na educación regrada** a través dos Procedementos de Evaluación e Acreditación de Competencias.

Todos os cursos do Programa Aula Mentor contan con un **acompañamento e titoría telemática personalizada**, ademais do apoio presencial que prestan os administrativos de cada unha das aulas.

¿Como funciona Aula Mentor?



¿Como funcionan os Cursos?



Aula Mentor

Oferta de cursos

A oferta de cursos da Aula Mentor está formada por **máis de 200** cursos tanto para o mellora das competencias básicas e a promoción de aprendizaxe ao longo da vida como **Cursos referenciados ó Catálogo Nacional das Cualificacións Profesionais**. Todos estes cursos están organizados en áreas formativas e profesionais.

Competencias
básicas non
profesionais

Idiomas

Dixitalización

Orientación

Emprendemento

Administración e
xestión

Agraria

Diseño e artes
gráficas

Comercio e
marketing

Electricidade
e electrónica

Hostelería
e turismo

Imaxen persoal

Imaxen e son

Industrias
alimentarias

Informática e
telecomunicacións

Madeira e moble

Sanidade

Seguridade e
medio ambiente

Servizos
socioculturais e
á comunidade

Textil
e confección

Vidrio
e cerámica

Formación
a distancia



Máis información
aulamentor.es

abegondo@aulamentor.es



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN
Y FORMACIÓN PROFESIONAL