

LSC A ROCHA

Rúa do Veado, 1
Rocha Vella
GPS 42°51'34"N 8°34'35"O
Tlf. e Fax 981543003

Actividades para maiores

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Xogamos co lapis e papel	Martes	20.00 a 21.30h	De balde	10
Ximnasia terapéutica	Mércores e venres	17.30 a 18.30h	15€/trimestre	15
Memoria activa	Venres	18.30 a 20.00h	De balde	15

Actividades xerais

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Compartindo tempos	Martes	17.00 a 20.00h	De balde. Cada persoa aportará o seu material.	10
Club de teatro	Mércores	18.30 a 20.00h	8€ matrícula	15

Actividades de informática

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Titor activo	Xoves	16.00 a 18.45h	De balde	5

Actividades en colaboración coas asociacións

Asociación de Veciños Serafín Zas

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO
Pandereta e baile galego	Venres	21.30h	Consultar ao grupo
Inglés nenos	Xoves	18.15 a 19.15h	24€/trim
Inglés conversa	Venres	18.15 a 19.15h	27€/trim
Pintura	Por determinar		
Hipopresivos	Venres	18.30 a 19.00h	15€/mes
Zumba	Martes	20.00 a 21.00h	Socios: 12€/mes Non socios: 15€/mes
	Sábado	11.00 a 12.00h	Socios: 12€/mes

			Non socios: 15€/mes
Teatro nenos	Por determinar		
Corte e confección	Mércores	10.30 a 12.30h	60€/trim

Asociación cultural "Rocha Forte"

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO
Coro de habaneras	Luns	20.00h	

LSC SAN LOURENZO

Rúa da Carballeira de San Lourenzo, 2
GPS 42°52'44" N 8°33'24" O

Actividades para nenos

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Obradoiro de expresión plástica	Xoves	17.00 a 18.30h	De balde	16
Xogos cooperativos	Sábado	17.00 a 19.30	De balde	16

Actividades xerais

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Ximnasia terapéutica	Xoves	19.30 a 20.30h	9€/trimestre	12

Actividades de informática

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Avanz@ndo no mundo dixital	Venres	19.15 a 20.00h	Senior: 18€/trimestre Adulto: 20,25€/trimestre	7
Iniciándon@s no mundo dixital	Venres	20.00 a 20.45h	Senior: 18€/trimestre Adulto: 20,25€/trimestre	7
Identidade on-line	Venres de outubro	21.15 a 22.00h	De balde	7
Ocio electrónico	Venres de novembro	21.15 a 22.00h	De balde	7
Novas tecnoloxías	Venres de decembro	21.15 a 22.00h	De balde	7

Actividades en colaboración coa Asociación de Veciños Río Sarela

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO
Encaixe de bolillos	Luns	16.00 a 18.00h	25€/mes
Tai chi	Luns	18.00 a 19.30h	Por concretar
Baile latino	Luns	21.00 a 22.00h	20€/mes
Corte e confección	Martes	16.00 a 18.00h	60€/trimestre

Pilates	Mércores venres	17.30 a 18.30h 18.15 a 19.15h	15€/mes (1 día) 25€/mes (2 días)
Calceta	Mércores	18.00 a 20.00h	Por concretar
Pandeireta e canto, Baile galego	Mércores	20.15 a 21.15h	15€/mes (1 actividade) 25 €/mes (2 actividades)
Coiro (realización de bolsos, sandalias, pulseiras...)	Venres	20.00 a 21.30h	10€/mes (cada persoa aportará o seu material)

LSC SAR

Rúa Ponte do Sar, 43
GPS 42°52'16"N 8°32'04"O
Tif. 981 543 007

Actividades para nenos

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Playing in English is gr8! (Xogar en inglés é xenial - de 6 a 9 anos)	Venres	17.15 a 18.15h	24€/trimestre	12
Thinking in English: Our teen team! (Pensando en Inglés: O equipo adolescente! - de 11 a 16 anos)	Venres	18.45 a 19.45h	24€/trimestre	12

Actividades para maiores

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Estimulando a memoria	Mércores	19.30 a 21.00h	12€/trimestre	12

Actividades xerais

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Ximnasia terapéutica	Luns e Xoves	18.30 a 19.30h	15€/trimestre	15
Cacharreando e reciclando	Mércores	17.00 a 20.00h	De balde. Cada persoa aportará o seu material	8
Creación e customización	Xoves	17.00 a 20.00h	De balde. Cada persoa aportará o seu material	8
Inmersión lingüística en inglés para adultos e maiores	Venres	16.00 a 17.00h	Senior: 24€/trimestre Adultos: 27€/trimestre	12

Actividades de informática

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Achégate á informática	Mércores	16.00 a 16.45h	Senior: 18€/trimestre Adultos: 20,25€/trimestre	10
Descobre internet	Mércores	17.00 a 17.45h	Senior: 18€/trimestre Adultos: 20,25€/trimestre	10
Xestións dende o fogar	Mércores de outubro	18.00 a 18.45h	De balde	10
Introducción á Nube	Mércores de novembro	18.00 a 18.45h	De balde	10
Microordenadores	Mércores de decembro	18.00 a 18.45h	De balde	10

Actividades en colaboración coa Asociación de veciños "Sar"

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO
Pintura nenos	Venres	16.00 a 18.00h	Socios: 17€/mes Non socios: 20€/mes
Bordado a man	Venres	18.00 a 20.00h	Socios: 20€/mes Non socios: 23€/mes

LSC PONTEPEDRIÑA

Rúa amor Ruibal, 26
GPS 42°52'04"N 8°32'47"O

Actividades para nenos

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Axuda ao estudio	Luns e venres	17.00 a 18.00h	De balde	5
Pequenos creadores trotamundos	Luns	18.30 a 20.00h	De balde	15
Xoves lúdico	Xoves	18.00 a 20.00h	De balde	15

Actividades xerais

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Xogando ando	Venres	18.30 a 20.00h	De balde	15

Actividades para maiores

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Estimulando a memoria	Luns	16.00 a 17.00h	9€/trimestre	12

Actividades de informática

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Informática Práctica: ofimática	Mércores	19.15 a 20.00h	Senior: 18€/trimestre Adultos: 20,25€/trimestre	8
Avanz@ndo no mundo dixital	Mércores	20.00 a 20.45h	Senior: 18€/trimestre Adultos: 20,25€/trimestre	8
Novas tecnoloxías	Mércores de outubro	21.00 a 22.00h	De balde	8
Seguridade na rede	Mércores de novembro	21.00 a 22.00h	De balde	8

Tablets e móbiles: o mundo nas túas mans	Mércores de decembro	21.00 a 22.00h	De balde/ imprescindible traer a súa propia tablet ou móbil	8
Primeiros pasos en Scratch	Venres	16.15 a 18.15h	De balde. Para moz@s	8

Actividades en colaboración coa Asociación Veciñal de Pontepedriña

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO
Ximnasia solo pélvico, Tao yin e Relaxación	Luns e mércores	10.30 a 11.45h	S:17€/mes NS:20€/mes
Sevillanas	Luns	18.30 a 19.30h	S:20€/mes NS:22€/mes
Ximnasia	Luns e mércores	19.30 a 20.30h	S:18€/mes NS:20€/mes
Ioga	Luns e mércores	20.30 a 22.00h	1 día - S:45€/trim NS:60€/trim 2 días - S:75€/trim NS:90€/trim
Ioga terapéutico	Martes e xoves	18.15 a 19.15h	S:11€/mes NS:13€/mes
Pilates	Martes e xoves	19.45 a 20.45h	S:75€/trim NS:90€/trim
Restauración	Mércores (2 grupos)	1º. 16.00 a 18.15h 2º. 18.15 a 20.30h	S:30€/mes NS:35€/mes
	Xoves	11.00 a 13.15h	
Baloncesto	Mércores	19.00 a 20.30h	De balde. Hai que ser soci@.
Pintura e manualidades	Mércores	19.00 a 21.00h	S:20€/mes NS:24€/mes
Club de lectura	Último martes de mes	A partir das 21.30h	De balde. Hai que ser soci@.
Inglés	Mércores	21.30 a 23.00h	S:6€/mes NS:12€/mes
Corte e confección	Venres	16.00 a 19.00h	S:17€/mes NS:21€/mes
Encaixe de palillos	Sábado	11.30 a 13.00h	S:20€/mes NS:22€/mes

AA.VV. Pontepedriña: avv.pontep@gmail.com ou
www.facebook.com/pontepedrina.asocvecinal

LSC CARDENAL QUIROGA

Rúa Samos, 6

GPS 42°51'58" N 8°32'33" O

Actividades para nenos

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Construíndo coas nosas mans	Martes	17.00 a 19.00h	De balde	15
Ocio xove	Venres	16.00 a 20.00h	De balde	15

Actividades xerais

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Reeducación da postura corporal	Martes e xoves	21.00 a 22.00h	15€/trimestre	10

Actividades para maiores

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Estimulando a memoria	Martes	16.30 a 17.30h	De balde	10

Actividades de informática

ACTIVIDADE	DÍAS	HORA	PREZO	Cupo
Primeiros pasos en Scratch	Xoves	19.15 a 20.00h	De balde	6
Titor activo	Xoves	20.00 a 20.45h	De balde	6
Iniciándon@s no mundo dixital	Xoves	21.15 a 22.00h	Senior: 18€/trimestre Adultos: 20,25€/trimestre	6

Actividades en colaboración coa Asociación de Veciños Sandra Prego Rial

Por determinar