



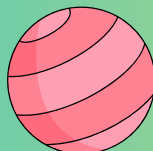
# ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2023-2024

Concello de  
**Fisterra**

## PILATES ADULTOS

- PILATES I: LUNS E MÉRCORES 9:45 A 10:30H E DE 10:30 A 11:15H
- PILATES II ADAPTADO: MARTES E XOVES DE 9:45 A 10:30H E DE 10:30 A 11:15H
- PILATES III: LUNS E VENRES DE 16:00 A 16:45H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO



## ACTIVIDADE FÍSICA PARA A TERCEIRA IDADE

-DÍA: LUNS DE 11:15 A 12:00H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO

## ACTIVIDADE FÍSICA DE ALTA INTENSIDADE ADULTOS

-DESTINADO A: PERSOAS CON BOA CONDICIÓN FÍSICA E NINGUNHA PATOLOXÍA CONTRAINDICADA

-DÍA: MARTES, DE 11:15 A 12:00H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO



## XIMNASIA DE MANTEMENTO ADULTOS

-DÍA: MÉRCORES DE 11:15 A 12:00H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO

## BATUZUMBA ADULTOS

-DÍAS: XOVES DE 11:15 A 12:00H E VENRES DE 18:45 A 19:30H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO



## BATUZUMBA NEN@S

- GRUPO I: DE 1º A 4º E.P. VENRES, DE 17:15 A 18:00H
- GRUPO II: DE 5º E.P. ATA A 4º E.S.O. VENRES, DE 18:00 A 18:45H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO

## ACTIVIDADE DEPORTIVA PARA ADULTOS NAS PARROQUIAS

VILAR-SARDIÑEIRO-SUARRIBA

Fárase cun grupo mínimo de 10  
persoas



## MULTIDEPORTES

- GRUPO I: DE 1º A 4º E.P. LUNS, DE 17:15 A 18:00H
- GRUPO II: DE 5º E.P. ATA 4º E.S.O. LUNS DE 18:00 A 18:45H

-LUGAR: SALÓN DE DEPORTES DO CONCELLO

DATA COMEZO DAS ACTIVIDADES  
LUNS, 30 DE OUTUBRO DE 2023

## AVISOS

- Todas as actividades teñen límite de prazas e con preferencia para as persoas empadroadas.
- A oferta deportiva ampliarase unha vez rematen as obras do pavillón e as actuais actividades poderán sufrir modificacións horarias
- Avisarase con antelación calquera cambio dos horarios actuais



## INSCRICIÓNS

No departamento de deportes  
do Concello de Fisterra  
do 23 ao 26 de outubro de  
9:00 a 14:00h  
Tel. 981 740 001