

OFERTA DEPORTIVA PARA A TEMPADA 2026/2027

Acompañando esta publicación, adxúntase un folleto de inscrición. Dispón de máis exemplares na oficina do Polideportivo Municipal, Piscinas, Casa do Concello; e Web Municipal.

Horarios de Oficina do Pavillón Municipal: >> Luns e Mércores de 20:15-21:15 horas.

>> Dúvidas ou información; atendémolo (de luns a venres e de 10:00-21:00 h.), no teléfono: 616 53 33 39.

CATEGORÍAS da XUNTA de Galicia para o Deporte Escolar por (Anos de nacemento):

Preescolar: 2022

Prebenxamín: 2021-2020

Benxamín: 2019-2018-2017

Alevín: 2016-2015

Infantil: 2014-2013

Cadete: 2012-2011

Xuvenil: 2010-2009-2008

Veteranos: + de 30 anos

4 ANOS (2022)	-Patinaxe (iniciación): Martes e Xoves; 16:15h. no Pavillón do “Lama das Quendas”. -Multideporte e Psicomotricidade: Luns e Mércores ás 16:15h. no Ximnasio do Polideportivo.
PREB. 5-6 anos: (2021-2020)	-Fútbol Sala Prebenxamín: Martes e Xoves; 17:15h. no Polideportivo Municipal. -Baloncesto Prebenxamín: Martes 18:15h. e Mércores 17:15h.; Polideportivo Municipal. -Patinaxe (iniciación): Martes e Xoves; 16:15h. “Lama das Quendas”. -Atletismo: Luns e Mércores ás 18:30h. nas Piscinas Municipais. -Multideporte e Psicomotricidade: Luns e Mércores ás 16:15h. no Ximnasio do Polideportivo. -Ximnasia Rítmica: Luns ás 17:00 horas no Ximnasio do IES “Val do Asma”. -Bailes de Salón infantil (2020): Luns 19:15h. “Lama das Quendas” e Xoves 19:15h. “Val do Asma”.
BENX. 7-8-9 anos: (2019-2018-2017)	-Fútbol Sala Benxamín: Martes e Xoves; 16:15h. no Polideportivo Municipal -Fútbol-8 (2018-2017): Luns e Mércores ás 16:15h. no Campo Sangoñedo. -Escola de Porteiros de Fútbol: Luns e Mércores ás 17:30 no Campo Sangoñedo. -Baloncesto Benxamín: Martes 18:15h. e Mércores 17:15h.; Polideportivo Municipal. -Bádminton Benxamín (2017-2018). Martes e Xoves; 19:30h. no Polideportivo Municipal. -Voleibol: Mércores 16:15h. “Lama das Quendas” e Venres 16:15h. Polideportivo Mun. -Patinaxe (iniciación): Martes e Xoves; 17:15h. “Lama das Quendas”. -Patinaxe (perfeccionamento): Martes e Mércores 18:15h; “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Iniciación: Luns 17:15 Polideportivo e Xoves 18:15 IES “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Primaria: Luns 18:15 Polideportivo e Xoves 19:15h. “Lama das Quendas”. -Bailes de Salón infantil: Luns 19:15h. “Lama das Quendas” e Xoves 19:15h. “Val do Asma”. -Atletismo: Luns e Mércores ás 18:30h. nas Piscinas Municipais. -Tenis (2017 e 2018): Luns e Mércores ás 16:15h. no Pavillón do “Eloisa Rivadulla”. -Pádel (2017 e 2018): Martes e Xoves ás 16:15h. na Pista de Pádel do Polideportivo Municipal. -Ximnasia Rítmica: Luns ás 17:00 horas no Ximnasio do IES “Val do Asma”. -Natación (2017-2018): Martes e Venres ás 19:15h. na Piscina Climatizada Municipal.
ALEV. 10-11 anos: (2016-2015)	-Fútbol Sala Alevín: Luns e Mércores; 16:15h. no Polideportivo Municipal. -Fútbol-7: Martes e Xoves ás 16:15h. no Campo Sangoñedo. -Escola de Porteiros de Fútbol: Luns e Mércores ás 17:30 no Campo Sangoñedo. -Bádminton Alevín: Martes e Xoves; 19:30h. no Polideportivo Municipal. -Baloncesto: Mércores e Xoves 18:15h. no Polideportivo Municipal. -Voleibol: Mércores 16:15h. “Lamas das Quendas” e Venres 16:15h. Polideportivo Mun. -Patinaxe (iniciación): Martes e Xoves; 17:15h. “Lama das Quendas”. -Patinaxe (perfeccionamento): Martes e Mércores 18:15h; “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Iniciación: Luns 17:15 Polideportivo e Xoves 18:15 IES “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Primaria: Luns 18:15 Polideportivo e Xoves 19:15h. “Lama das Quendas”. -Bailes de Salón infantil: Luns 19:15h. “Lama das Quendas” e Xoves 19:15h. “Val do Asma”. -Atletismo: Luns e Mércores ás 18:30h. nas Piscinas Municipais. -Tenis: Luns e Mércores ás 17:15h. no Pavillón do “Eloisa Rivadulla”. -Tenis de Mesa: Martes e Xoves ás 19:30h. no Polideportivo Municipal. -Pádel: Martes e Xoves ás 17:00h. na Pista de Pádel do Polideportivo Municipal. -Ximnasia Rítmica: Luns ás 17:00 horas no Ximnasio do IES “Val do Asma”. -Natación: Martes e Venres ás 19:15h. na Piscina Climatizada Municipal.

INF. 12-13 anos: (2014-2013)	-Bádminton Infantil: Martes e Xoves; 19:30h. no Polideportivo Municipal. -Fútbol-11: Martes e Xoves ás 16:15h. no Campo Sangoñedo. -Escola de Porteiros de Fútbol: Luns e Mércores ás 17:30 no Campo Sangoñedo. -Baloncesto: Mércores e Xoves 18:15h. no Polideportivo Municipal. -Fútbol Sala Infantil: Luns 18:15 no “Lama das Quendas” e Mércores; 19:15h. no Polideportivo Municipal. -Voleibol: Mércores 17:15h. “Lamas das Quendas” e Venres 17:15h. Polideportivo Mun. -Patinaxe (iniciación): Martes e Xoves; 17:15h. “Lama das Quendas”. -Patinaxe (perfeccionamento): Martes e Mércores 18:15h; “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Iniciación: Luns 17:15 Polideportivo e Xoves 18:15 IES “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Secundaria: Luns 19:15 Polideportivo e Xoves 20:15h. “Lama das Quendas”. -Bailes de Salón infantil: Luns 19:15h. “Lama das Quendas” e Xoves 19:15h. “Val do Asma”. -Atletismo: Luns e Mércores ás 18:30h. nas Piscinas Municipais. -Tenis: Luns e Mércores ás 18:30h. no Pavillón do “Eloisa Rivadulla”. -Tenis de Mesa: Martes e Xoves ás 19:30h. no Polideportivo Municipal. -Pádel: Martes e Xoves ás 17:45h. na Pista de Pádel do Polideportivo Municipal. -Ximnasia Rítmica: Luns ás 17:00 horas no Ximnasio do IES “Val do Asma”.
CAD. 14-15 anos: (2012-2011)	-Fútbol Sala Cadete: Martes e Xoves, 15:15 h. no Polideportivo Municipal. -Bádminton Cadete: Martes e Xoves; 20:15h. no Polideportivo Municipal. -Baloncesto: Mércores e Xoves 18:15h. no Polideportivo Municipal. -Voleibol: Mércores 17:15h. “Lamas das Quendas” e Venres 17:15h. Polideportivo Mun. -Bailes de Salón infantil: Luns 19:15h. “Lama das Quendas” e Xoves 19:15h. “Val do Asma”. -Atletismo: Luns e Mércores ás 18:30h. nas Piscinas Municipais. -Tenis: Luns e Mércores ás 18:30h. no Pavillón do “Eloisa Rivadulla”. -Tenis de Mesa: Martes e Xoves ás 19:30h. no Polideportivo Municipal. -Pádel: Martes e Xoves ás 18:30h. na Pista de Pádel do Polideportivo Municipal. -Pickleball: Martes a partir das 20:15 no Polideportivo Municipal. -Patinaxe Artística Iniciación: Luns 17:15 Polideportivo e Xoves 18:15 IES “Lama das Quendas”. -Patinaxe Artística Secundaria: Luns 19:15 Polideportivo e Xoves 20:15h. “Lama das Quendas”.
ADULTOS	-Bádminton: Martes e Xoves; 20:15h. no Polideportivo Municipal. -Fútbol Sala Xuvenil/Seniors: Mércores 15:15h. e Venres 21:00h. Polideportivo Municipal. -Fútbol 11 Veteranos: Luns e Mércores ás 21:30h. no Campo Sangoñedo. -Bailes de Salón (nivel iniciación): Luns 20:30h. “Lama das Quendas” e Xoves 20:30h. “Val do Asma”. -Bailes de Salón (perfeccionamento): Luns 21:30h. “Lama das Quendas” e Xoves 21:30h. “Val do Asma”. -Ximnasia para adultos (Grupo 1 mañás): Luns-Mércor.-Venres no Polideportivo Municipal ás 10:00h. -Ximnasia para adultos (Grupo 2 mañás): Luns-Mércor.-Venres no Polideportivo Municipal ás 11:00h. -Ximnasia para adultos (Grupo noites): Luns e Mércores no Polideportivo Municipal ás 20:30h. -Patinaxe (en liña): Luns 20:15h. IES “Val do Asma” e Mércores 20:15 h. no IES “Lama das Quendas”. -Sendeirismo: Sábados polas tardes (aviso en cada saída). -Tenis (Juniors): Luns e Mércores ás 18:30h. no Pavillón do “Eloisa Rivadulla”. -Tenis(Adultos Iniciación): Mércores 20:00 h. no Pavillón “Eloisa Rivadulla” -Tenis(Adultos Perfeccionamento): Mércores 20:45 h. no Pavillón “Eloisa Rivadulla” -Tenis(Adultos Competición): Venres 20:00 h. no Pavillón “Eloisa Rivadulla”. -Tenis de Mesa: Martes e Xoves ás 20:15h. no Polideportivo Municipal. -Pádel (Juniors 16 e 17 anos): Martes e Xoves ás 18:30h. Pista Pádel do Polideportivo Municipal. -Pádel (Adultos Iniciación. Grupo 1): Luns 20:00h. Pista Pádel do Polideportivo Municipal. -Pádel (Adultos Iniciación. Grupo 2): Luns 20:45h. Pista Pádel do Polideportivo Municipal. -Pádel (Adultos Perfeccionamento): Luns 21:30h. Pista Pádel do Polideportivo Municipal. -Pádel (Adultos Partidos adestramento): Martes e Xoves 19:30h. Pista Pádel do Polidep. Municipal. -Pickleball (Juniore e Adultos): Martes a partir das 20:15 no Polideportivo Municipal.
ASOCIACIÓNS DE TRABALLO E PROTECCIÓN SOCIAL	-Asociación AS.DE.ME.: Martes e Mércores ás 15:15 horas.

(* Algunhas patinadoras de Patinaxe Artística poderán sufrir modificación en horarios por temas organizativos e técnicos. Confirmar coas adestradoras).

