# PROGRAMA DE ACTIVIDADES CULTURAIS

# BAILE, MÚSICA E PALILLO PARA TODAS AS IDADES

## BAILE

Grupo mínimo 6 persoas. Taxa: un día por semana, 8€/mes. Inscrición en máis dunha sesión de baile 6€/mes. Inclúe danza coreográfica, baile en parella, baile moderno, baile galego e canto tradicional.

## DANZA COREOGRÁFICA

Camariñas, Casa de Pedra

Introdución á danza (3 a 5 anos), venres, 17:00-18:00

Danza coreográfica (6-14 anos), venres, 18:00-19:00

Danza coreográfica a partir de 15 anos e adultos, sábado, 13:00-14:00

## BAILE EN PARELLA

Camariñas. Casa de Pedra. A partir dos 16 anos Venres, 19:00-20:00

## BAILE MODERNO

Camariñas. Casa de Pedra. Sábado a partir dos 6 anos (2018) Baile Moderno nivel 1, sábado, 11:00-12:00

Baile Moderno nivel 1, Sabado, 11.00-12.00
Baile Moderno nivel 0, sábado, 12:00-12.00

# BAILE GALEGO

Camariñas. Casa de Pedra. Sábado, a partir dos 6 anos (2018) Baile galego (6 a 11 anos) 16:00 a 17:00

Cantareira nen@s: 17:00-17:30

Baile galego (12 a 17 anos) 17:30 a 18:30 Baile galego adultos (+ 18 anos) 18:30 a 19:30

Cantareira adultos: 19:30-20:30



# MÚSICA MODERNA

Música e movemento: Para nacidos entre o ano 2018 e 2020 incluídos. Mínimo 6 persoas, máximo 9. Prezo: 10€/mes a pagar a Sonora Escuela Musical.

Luns, grupo 6 anos de 16:00-17:00, grupo 5 anos de 17:00-18:00, grupo 4 anos de 18:00-19:00 na Casa de Pedra (Camariñas)

Linguaxe musical - guitarra - piano - batería - canto/técnica vocal

A partir dos 7 anos (2017 incluído)

Prazas limitadas. Clases de 2 persoas por grupo. Taxa: 20€/mes a pagar a Sonora Escuela Musical. Inclúe, por semana, 45 minutos dunha especialidade e 45 minutos de clase grupal de linguaxe musical. Terán prioridade os alumnos do curso anterior.

Linguaxe musical: mércores de 16:00 a 19:00 na Casa de Pedra.

Instrumentos: Casa de Pedra. Camariñas.

Guitarra: luns, grupos a partir das 15:15
Piano: luns e mércores, grupos a partir das 15:15.

Batería: mércores a partir das 15:00

Canto/técnica vocal: luns a partir das 17:00.

# MÚSICA TRADICIONAL

A partir dos 7 anos (2017 incluído)

Gaita - acordeón - bombo - tambor - pandeireta

Prazas limitadas. Taxa: 8€/mes por instrumento, 45 minutos, 1 día semana. Terán prioridade os alumnos matriculados no curso anterior. Obrigatorio asistir a ensaios xerais. Camariñas: martes e xoves, grupos a partir das 16:00, na Casa de Pedra. Camelle: luns, grupos a partir das 16:00, Museo de Man.

## CORO MUNICIPAL

Habaneiras - cancións populares -...
Ampliación do coro para homes e mulleres a partir dos 18 anos.

# ENCAIXE DE CAMARIÑAS (palillo)

Camariñas: luns e mércores na Casa de Pedra de 19:30 a 21:30

Taxa: 5 €/mes un día á semana. Grupo mínimo de 6 persoas

GRUPO MAIORES a partir de 12 anos Camariñas: luns de 18:00-20:00, aula Raquel Moreira

A Ponte do Porto: mércores de 18:30 – 20:30, Centro Cultural

Camelle: venres de 17:00 – 19:00, Museo de Man

GRUPO NEN@S (2018-2013) a partir de 6 anos

Camariñas: luns, grupo A: 17-18. Xoves, grupo B: 16:00-17:30 /grupo C: 17:30-19:00, aula Raquel Moreira

Xaviña: martes de 17:00-18:30 Casa da Sociedá

A Ponte do Porto: martes de 15:15-16:45, CEIP Ponte do Porto

Camelle: venres de 16:00-17:00, Museo de Man

## SERVIZOS SOCIAIS

# TALLER DE MEMORIA

Destinado a persoas de 60 ou máis anos ou con diagnóstico médico que indique a necesidade dos talleres se son menores de 60 anos. Actividade gratuíta.

Mínimo de 10 persoas para levalo a cabo en calquera das parroquias do Concello.

En horario de mañá un día á semana en cada unha das parroquias.

Prazo de inscrición ata o 11 de outubro na Casa de Pedra.

# EDUCACIÓN DE ADULTOS

Matrícula en educación de adultos, por persoa e curso: 50€ Horario por determinar. Será comunicado ao alumnado pola profesora cando se configuren os grupos e dean comezo as actividades formativas.

## INSCRICIÓNS

O prazo de inscrición será do 16 ao 30 de setembro, excepto para as actividades deportivas de Relaxgym, Pilates, Ximnasia de Mantemento e excepto para Taller de Memoria, que se poderán inscribir dende o día seguinte da publicación da información en redes sociais. As inscricións presentadas fóra de prazo entrarán en lista de reserva.

#### Información

·Biblioteca municipal: de luns a venres en horario de 09:00 a 13:30

Teléfono: 981 737 234 / 665 134 490 - Email: cultura@camarinas.net

Despacho de deportes na Casa do Concello: de luns a venres en horario de 9:00 a 14:00 Teléfono: 662 519 133 - Email a deportes@camarinas.net

#### Forma de pago

O usuario deberá solicitar unha carta de pago no departamento de deportes ou biblioteca. Se o usuario non comunica a baixa voluntaria esixiráselle o pago anual da actividade na que está inscrito. Non se paga xaneiro en compensación da anulación de actividades en días non lectivos nas actividades culturais.

#### Inicio das actividades

O día 1 de outubro, excepto as actividades deportivas de Relaxgym, Pilates, Ximnasia de Mantemento que empezarán o día 16 de setembro, en función do horario que se indica no folleto.

# INSCRICIÓNS PARA AS ACTIVIDADES MUNICIPAIS

O prazo de inscrición remata o 30 de setembro. As inscricións presentadas fóra de prazo entrarán en lista de agarda.

#### Información

·Biblioteca municipal: de luns a venres en horario de 09:00 a 13:30. Teléfono: 665 134 490. Email: cultura@camarinas.net

Despacho de deportes na Casa do Concello: de luns a venres en horario de 9:00 a 14:00. Teléfono: 665 134 152. Email a deportes@camarinas.net

Xeito de pago para as actividades municipais, NON para as actividades dos clubs e ANPAS ·O usuario deberá solicitar unha carta de pago no departamento de deportes ou biblioteca. ·Se o usuario non comunica a baixa voluntaria esixiráselle o pago anual da actividade na que está inscrito. Non se paga xaneiro en compensación da anulación de actividades en días non lectivos nas actividades culturais.

#### ·Taxas:

III. Actividades físico-deportivas municipais:

- ·III.1. por inscrición nunha actividade físico-deportiva de grupo (ximnasia de mantemento, relaxgym, pilates, ioga, balonmán, fútbol, psicomotricidade,...), por persoa e mes: 12€.
- ·III.2. por inscrición en máis dunha actividade física de grupo, por actividade, persoa e mes: 10€ por cada actividade.
- ·III.3. por inscrición na actividade física de mellora da saúde de adultos, por persoa e mes: 15€.
- ·III.4. por inscrición na actividade física de mellora da saúde infantil, por persoa, día da semana e mes: 8€.
- VI. Escolas culturais municipais:
- ·VI.1. por inscrición por cada instrumento de música tradicional (gaita, bombo, tambor, pandeireta, acordeón...), por persoa e mes: 8€.
- ·VI.2. por inscrición na escola de palillo, por cada día da semana, por persoa e mes: 5€.
- ·VI.3. por inscrición nunha sesión de baile, por persoa e mes: 8€.
- ·VI.4. por inscrición en máis dunha sesión de baile, por persoa, sesión e mes: 6€.
- VI.5. por matrícula en instrumento musical: canto, piano, guitarra, batería e vento-metal: 50€.

#### Bonificación nas taxas:

·Non pagarán: os perceptores de RISGA ou con informe favorable á exención de Servizos Sociais. O terceiro ou máis fillos dunha familia numerosa.

·Os maiores de 65 anos gozarán dun 50% de bonificación nas actividades físico-deportivas.

·Gozarán de exención do pagamento das taxas das actividades que realice o terceiro ou máis fillos dunha familia numerosa.



# PROCRAMA DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS E CULTURAIS 2024/2025











# ACTIVIDADE FÍSICO-DEPORTIVA MUNICIPAL PARA ADULTOS

## XIMNASIA DE MANTEMENTO

Para idades entre 16 e 59 anos (2 días de actividade). Grupo mínimo de 8 persoas.

Taxa 12€/mes. Persoas de 65 ou máis anos bonificación do 50%.

Camariñas: luns e xoves, de 20:00 – 20:45, no pavillón.

A Ponte do Porto: martes e xoves, de 19:00 – 19:45, no pavillón.

Camelle: luns e venres, de 19:00 – 19:45, no Museo de Man.

Xaviña: luns de 16-16:45 e xoves de 17:00 – 17:45, na Casa da Sociedá.

Arou: luns e venres, de 18:00 – 18:45, no Centro Cultural.

## RELAXGIM

A partir de 60 anos (2 días de actividade). Grupo mínimo de 8 persoas. Taxa 12€/mes. Persoas de 65 ou máis anos bonificación do 50%.

Camariñas: martes de 10:00-10:45 e venres de 9:45-10:30, Casa de Pedra. A Ponte do Porto: luns e xoves, de 10:00 – 10:45, no Centro Cultural.



## PILATES

A partir de 16 anos (2 días de actividade). Grupo mínimo de 8 persoas. Taxa 12€/mes. Persoas de 65 ou máis anos bonificación do 50%. Camariñas:



1<sup>a</sup> quenda (intensidade baixa): martes 17:00 – 17:45 e xoves de 16:00-16:45h (colexio).

2ª quenda (intensidade alta): martes e venres, de 20:00 – 20:45 (colexio).

Horario de mañá: martes 11-11:45 e venres de 10:30-11:15 de na Casa de Pedra.

A Ponte do Porto: luns e venres de 17:00 – 17:45 no Centro Cultural.

Camelle: martes e xoves de 18:00 – 18:45 no Museo de Man.

Xaviña: Venres de 16:00-16:45h, Casa da Sociedá.

## IOGA

A partir de 16 anos (2 días de actividade). Grupo mínimo de 8 persoas. Taxa 12€/mes. Persoas de 65 ou máis anos bonificación do 50%. Camariñas:

1<sup>a</sup> quenda: luns e mércores, de 9:30 – 10:15;

2ª quenda: luns e mércores, de 10:15 – 11:00, na Casa de Pedra.

A Ponte do Porto: martes e xoves, de 18:00 – 18:45 no Centro Cultural ou Pavillón.

Camelle: luns e mércores, de 11:15 – 12:00, no Museo de Man.

Xaviña: martes de 17 – 17:45, na Casa da Sociedá.

# CONCELLO ACTIVO SÉNIOR

Destinado a persoas con dificultades físico-motoras; derivadas polo seu médico de familia e con informe asinado polo mesmo.

Grupos mínimos de 4 persoas e máximo de 10. Para máis información consulte co Departamento de Deportes do Concello de Camariñas e/ou no telf. 665 134 152. Camariñas:

1<sup>a</sup> quenda: mércores e venres de 11:15-12, Casa de Pedra.

2ª quenda: mércores e venres de 12-12:45, Casa de Pedra.

Camelle: mércores e venres de 10:15-11, Museo de Man.

Os horarios e a conformación dos grupos poden variar en función da demanda en cada parroquia.

Taxa: 15€/mes. Persoas de 65 ou máis anos bonificación do 50%.



# ACTIVIDADE FÍSICO-DEPORTIVA MUNICIPAL PARA MENORES

## + EF (CONCELLO ACTIVO)

Actividade destinada a nen@s nados entre o ano 2021 e 2011, ambos incluídos, co obxectivo do reforzo da mellora da condición física e da saúde. Para máis información consulte co Departamento de Deportes do Concello de Camariñas e/ou no telf. 665 134 152. Camariñas: xoves, 16:15-17 (infantil e 1º-2º primaria) e 17-17:45 (3º-6º primaria) A Ponte do Porto: martes, 16:15-17 (infantil e 1º-2º primaria) e 17-17:45 (3º- 6º primaria) Os horarios e a conformación dos grupos poden variar en función da demanda. Taxa: 8€/mes.

# ACTIVIDADÉS QUE PROMOVEN OUTRAS ENTIDADES

## ESCOLA DE FÚTBOL CONCELLO DE CAMARINAS JUAN CABREJO

Organiza: a Escola de Fútbol Juan Cabrejo en colaboración co Concello de Camariñas, no Campo Municipal de Fútbol Hermanas Patiño.

Categorías: desde biberón (2021) ata xuvenil (2007), femininas e masculinas.

Información e inscricións: escoladefutbolcamarinas@gmail.com Biberón, pre-benxamín e benxamíns: martes e xoves de 17:00 a 18:30.

Alevín A e Alevín B: martes e xoves de 18:30-20:00.

Infantis: mércores e venres de 18:00-19:30.

Cadetes: martes e xoves de 20:00-21:30.

Xuvenís: Mércores de 20:45-22:30, xoves de 20:00-21:30 e venres de 22:00-23:30

Feminino: mércores e venres de 19:30-20:45h.

# ACTIVIDADES NÁUTICAS

Cursos de iniciación, intermedios e perfeccionamento surf e bodyboard. Información e inscricións nos teléfonos 665051031.

Organiza Ubuntu Life.



Xadrez: niveis de iniciación/básico e medio/avanzado. Información no teléfono 649 710 828.

Información de contacto no teléfono 662 519 133 ou na oficina de Deportes do Concello.



Organiza: Arte e movemento. Dende o 3 de setembro ao 15 de novembro. Máis información: Arte e movemento, 607 323 391.

Horario: martes, mércores e sábado no Pavillón Polideportivo Municipal "Víctor Vigo".

# ANPA CEIP O AREAL DE CAMARINAS EXTRAESCOLARES 2024/2025

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
INGLÉS (NO C.I.E.): Infantil: 16-17h 1º,2º,3º Primaria: 17-18h 4º,5º,6º: 18-19h ESO: 19-20H	MULTIDEPORTE (Pavillón) Infantil e Primaria: 15:50-16:50	PATINAXE (Pavillón) Infantil e Primaria: 15:50-16:50	DESEÑO DE VIDEOXOGOS & MINECRAFT (NO C.I.E.): + 7 ANOS 17:30 – 18:30 H	MANUALIDADES CREATIVAS (NO C.I.E.) TODAS AS IDADES 16:00 - 17:00 h
JUDO: Infantil: 1º, 2º Primaria: 17-17:45h 3º Primaria e máis: 17:45-18h	ROBÓTICA (C.I.E.): Infantil: 1º e 2º Primaria: 17:30-18:45	JUDO: Infantil: 1º, 2º Primaria: 17-17:45h 3º Primaria e máis: 17:45-18h	MODELADO & IMPRESIÓN 3D (NO C.I.E.): + 7 ANOS 18:30 – 19:30 H	OBRADOIROS TEXTILES E CREATIVOS (C.I.E.): TODAS AS IDADES 17:00 – 18:00 H
ROBÓTICA AVANZADA (C.I.E.): + de 8 anos: 18:30-20h	COCIÑA (NO C.I.E.): + 5 ANOS: 18:45-19:45		TENIS DE MESA (PAVILLÓN) Primaria + ESO: 19-20:30	
	TENIS DE MESA (PAVILLÓN) Primaria + ESO: 19-20:30			

# PREZOS ANPA O AREAL

Tenis de Mesa; 15€/mes un día a semana, 20€/mes 2 días para non socios serían 20€ e 25€.

Judo: 34€/mes 39€ para non socios. (667 53 67 43 Jose)

Multideporte e Patinaxe: 15€/mes para socios 20€ para non socios.

Inglés: 20€/mes e 25 para non socios.

Actividades de Tecnoloxías Innovadoras (Escolle entre Robótica, Deseño de Videoxogos

& Minecraft, ou Modelado & Impresión 3D):

Opción 1: Unha actividade – 28€, para non socios 33€ Opción 2: Dúas actividades – 52€, para non socios 57€

Opción 3: Tres actividades - 70€, para non socios 75€

Actividades Creativas: (Escolle entre Cocina, Manualidades creativas ou obradoiros textiles e creativos):

Opción 1: Unha actividade – 25€, para non socios 30€. Opción 2: Dúas actividades – 45€, para non socios 50€.

Opción 3: Tres actividades - 65€, para non socios 70€.

# ANPA CEIP DA PONTE DO PORTO EXTRAESCOLARES 2024/2025

	HORARIO	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
	15:15 a 16:15	JUDO * (EI-1º-2º EP)		JUDO * (EI-1º-2º EP)	DESEÑO DE VIDEOXOGOS & MINECRAFT (3°-4°-5°-6° EP)	FÚTBOL SALA (EI-EP)
		INGLÉS LÚDICO (El e 1º EP)	COCIÑA	MANUALIDADES (EI-1°-2° EP)	PATINAXE (Iniciación)	
		ROBÓTICA (EI-1º-2º EP)	(EI-1°-2° EP)	OBRADOIROS TEXTILES E CREATIVOS (3°-4°-5°-6° EP)	ZUMBA (3°-4°-5°-6° EP)	
	16:15 a 17:15	JUDO * (3°-4°-5°-6° EP)		JUDO * (3°-4°-5°-6° EP)	PATIÑAXE (Perfeccionamento)	XADREZ (3°-4°-5°-6° EP)
		INGLÉS (2°-3°-4° -5°-6° EP)	COCIÑA (3°-4°-5°-6° EP)	OBRADOIROS TEXTILES E CREATIVOS	PEQUE BAILE (EI-1°-2° EP)	
		ROBÓTICA (3°-4°-5°-6° EP)		(EI-1°-2° EP)  MANUALIDADES (3°-4°-5°-6° EP)	MODELADO & IMPRESIÓN 3D (3°-4°-5°-6° EP)	
	17:15 a 18:15	PILOTAXE DRONS (3°-4°-5°-6° EP)				

- \*as actividades de Judo teñen unha duración de 45 minutos polo que o horario será de 15:15-16:00 e de 16:00-16:45
- \*\*todas as actividades necesitan un mínimo de 8 nenos/as por grupo para poder ser realizadas.

# FORMA DE INSCRICIÓN

JUDO: poñerse en contacto co profesor José nos números 667 536 743 / 615 626 246. Prezo: 33€/mes

INGLÉS: poñerse en contacto coa profesora Aitana no número 687 278 295. Prezo: 21€/mes

CARACOLE: descargar formulario de inscrición no seguinte código QR ou coller inscrición na conserxería do colexio. Tlf.: 605 718 484 Prezos no formulario.

HABERÁ DESCONTOS POR PACK: Pack tecnolóxico - Pack creativo - Pack dance.

