

Os cursiños poderán estar suxeitos a modificacións por razóns organizativas.

CURSIÑOS
TEMPADA
2019-2020

UNHA VEZ COMPLETAS AS PRAZAS
ANOTARANSE NA LISTAXE DE AGARDA.

CONSULTE O MÉTODO DE XESTIÓN DE
LISTAXE DE AGARDA NA RECEPCIÓN.

Centro Deportivo Dorneda				
Curso	Idade	Días		Hora
BEBÉS	< 3 ANOS	BEBÉS	VENRES	18:10
		BEBÉS I*	SÁBADO	11:30
CHIPI	3 ANOS	CHIPI I*	SÁBADO	12:15
		CHIPI II*	SÁBADO	12:15
		CHIPI	XOVES	17:20
			VENRES	17:20
PEIXE I	4 – 6 ANOS	LUNS		18:10
		MARTES E XOVES		17:20
		VENRES		18:10
		SÁBADO		10:45
		SÁBADO		11:30
PEIXE I+	4 – 6 ANOS	LUNS		17:20
		LUNS E MÉRCORES		18:10
		MARTES E XOVES		18:10
		SÁBADO		10:45
PEIXE II	4 – 6 ANOS	LUNS E MÉRCORES		18:10
		MÉRCORES		18:10
		MARTES E XOVES		18:10
		VENRES		19:00
		SÁBADO		10:00
BALEA I	7 – 9 ANOS	* VENRES		19:00
		LUNS E MÉRCORES		19:00
		MÉRCORES		17:20
		MARTES E XOVES		18:10
		SÁBADO		10:00
BALEA II	7 – 9 ANOS	LUNS E MÉRCORES		19:00
		MARTES E XOVES		19:00
		SÁBADO		13:00
QUENLLA I	> 10 ANOS	MARTES E XOVES		19:00
		VENRES		19:00
		SÁBADO		13:00
QUENLLA II	> 10 ANOS	LUNS E MÉRCORES		19:45
		MARTES E XOVES		19:45
		VENRES		18:10
QUENLLA III	> 10 ANOS	LUNS E MÉRCORES		19:45
		MARTES E XOVES		19:45
		LUNS E VENRES		08:45
AQUA I	ADULTOS	MARTES E XOVES		08:00
		LUNS E MÉRCORES		20:30
AQUA II	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES		20:30
		MARTES E XOVES		08:45
AQUATERA	TERAPÉUTICA ADULTOS	MARTES E XOVES		19:45
		MARTES E XOVES		20:30
EMBARAZAUGA	PRENATAL	MARTES E XOVES		12:00

Actividades acuáticas de inverno
Tempada 2019 - 2020



Animátese a participar

Mais información nos nosos centros.

CURSINHOS
TEMPADA
2019-2020

UNHA VEZ COMPLETAS AS PRAZAS
ANOTARANSE NA LISTAXE DE AGARDA.

CONSULTE O MÉTODO DE XESTIÓN DE
LISTAXE DE AGARDA NA RECEPCIÓN.

Centro Deportivo Oleiros			
Curso	Idade	Días	Hora
BEBES	< 2 ANOS	XOVES	17:00
		SÁBADO	10:00
CHIPI	2 – 3 ANOS	MARTES E XOVES	18:15
		MÉRCORES	17:00
		XOVES	17:00
		SÁBADO	10:45
		SÁBADO	11:30
PEIXE I	4 – 6 ANOS	LUNS E MÉRCORES	18:15
		LUNS E MÉRCORES	19:00
		MARTES E XOVES	18:15
		MÉRCORES	17:00
		VENRES	17:30
		SÁBADO	10:45
PEIXE I-II	4 – 6 ANOS	MARTES E XOVES	18:15
		VENRES	18:15
		SÁBADO	11:30
PEIXE II	4 – 6 ANOS	LUNS E MÉRCORES	18:15
		VENRES	18:15
		SÁBADO	12:15
BALEA I	7 – 9 ANOS	LUNS E MÉRCORES	18:15
		MARTES E XOVES	19:00
		MÉRCORES	19:00
		VENRES	19:00
		SÁBADO	12:15
BALEA I-II	7 – 9 ANOS	LUNS E MÉRCORES	19:00
		VENRES	17:30
		SÁBADO	10:00
BALEA II	7 – 9 ANOS	LUNS	19:00
		LUNS E MÉRCORES	19:00
		MARTES E XOVES	19:00
		VENRES	18:15
BALEA III	7 – 9 ANOS	VENRES	19:00
QUENLLA I	> 10 ANOS	LUNS E MÉRCORES	19:45
		VENRES	19:45
QUENLLA II	> 10 ANOS	LUNS E MÉRCORES	19:45
		MARTES E XOVES	19:45
		VENRES	19:45
QUENLLA III	> 10 ANOS	MÉRCORES	20:30
QUENLLA PLUS	> 10 ANOS	MARTES E XOVES	19:45
AQUA I	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	21:15
AQUA II	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	11:00
		VENRES	20:30
AQUA III	ADULTOS	MARTES E XOVES	21:15
AQUASENIOR	MAIORES 60	LUNS E MÉRCORES	11:00
		LUNS E MÉRCORES	10:00
AQUATERA	TERAPÉUTICA ADULTOS	MARTES E XOVES	10:00
		LUNS E MÉRCORES	20:00
		MARTES E XOVES	20:00
		MARTES E XOVES	20:00
EMBARAZAUGA	PRENATAL	MARTES E/OU XOVES	21:00

Os cursiños poderán estar suxeitos a modificacións por razóns organizativas.



Mais información nos nosos centros.

CURSIÑOS
TEMPADA
2019-2020

Centro Deportivo A Fabrica			
Curso	Idade	Días	Hora
BEBÉS	< 2 ANOS	VENRES	18:00
		SÁBADO	10:00
		SÁBADO	10:45
		SÁBADO	11:30
		SÁBADO	12:15
CHIPI (Con adulto)	2 – 3 ANOS	VENRES	18:00
		SÁBADO	10:00
		SÁBADO	10:45
		SÁBADO	11:30
		SÁBADO	12:15
PEIXE I	4 – 6 ANOS	LUNS (2 Grupos)	17:15
		MARTES E XOVES	19:00
		MÉRCORES	18:00
		XOVES	18:00
		VENRES	17:30
		VENRES	18:15
		VENRES	18:45
		VENRES	19:30
BALEA I-II	7 – 9 ANOS	MARTES E XOVES	19:00
		VENRES	19:00
BALEA II	7 – 9 ANOS	VENRES	18:45
		VENRES	19:30
BALEA II-III	7 – 9 ANOS	VENRES	20:15
AQUA I	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	20:45
AQUATERA	TERAPÉUTICA ADULTOS	MÉRCORES E VENRES	09:45
		MÉRCORES E VENRES	11:45
		LUNS E MÉRCORES	19:00
		LUNS E MÉRCORES	19:50
		LUNS E MÉRCORES	20:40
AQUASENIOR	MAIOR 60	MARTES E XOVES	10:45
		MARTES E XOVES	11:45
		MÉRCORES E VENRES	10:45
EMBARAZAUGA	PRENATAL	MARTES E/OU XOVES	19:45
NAT. ESPECIAL	NNEE	MARTES E XOVES	19:45

UNHA VEZ COMPLETAS AS PRAZAS
ANOTARANSE NA LISTAXE DE AGARDA.

CONSULTE O MÉTODO DE XESTIÓN DE
LISTAXE DE AGARDA NA RECEPCIÓN.



Os cursiños poderán estar suxeitos a modificacións por razóns organizativas.

Mais información nos nosos centros.

CURSIÑOS
TEMPADA
2019-2020

Centro Deportivo Perillo			
Curso	Idade	Días	Hora
BEBÉS	< 2 ANOS	VENRES	17:00
CHIPI	2 – 3 ANOS	LUNS	17:45
		VENRES	17:15
PEIXE I	4 – 6 ANOS	LUNS	16:45
		LUNS E MÉRCORES	18:00
		LUNS E MÉRCORES	19:30
		MÉRCORES	16:45
		MÉRCORES	17:45
		MÉRCORES	18:45
		MARTES E XOVES	19:00
		VENRES	18:45
		MARTES E XOVES	18:15
PEIXE I-II	4 – 6 ANOS	VENRES	18:30
		SÁBADO	11:15
		SÁBADO	12:00
PEIXE II	4 – 6 ANOS	LUNS E MÉRCORES	18:30
		MARTES E XOVES	17:15
		MÉRCORES E VENRES	18:00
		VENRES	17:00
		SÁBADO	10:30
BALEA I-II	7 – 9 ANOS	MARTES E XOVES	17:30
		VENRES	17:45
		SÁBADO	11:15
BALEA II	7 – 9 ANOS	LUNS E MÉRCORES	19:15
		MARTES E XOVES	18:00
		SÁBADO	9:45
BALEA II-III	7 – 9 ANOS	MÉRCORES E VENRES	19:30
		SÁBADO	10:30
BALEA III	7 – 9 ANOS	MARTES E XOVES	18:00
		MARTES E XOVES	18:45
		VENRES	18:15
QUENLLA II	> 10 ANOS	MÉRCORES E VENRES	18:45
		VENRES	19:00
		VENRES	19:15
		SÁBADO	9:45
QUENLLA II-III	> 10 ANOS	SÁBADO	12:00
QUENLLA III	> 10 ANOS	LUNS E MÉRCORES	18:45
		MARTES E XOVES	18:45
		MARTES E XOVES	19:30
		VENRES	19:45
QUENLLA PLUS	> 10 ANOS	MARTES E XOVES	19:30
		VENRES	20:30
AQUA I-II	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	20:00
AQUA II	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	20:15
		MARTES E XOVES	21:00
AQUA III	ADULTOS	MARTES E XOVES	20:15
AQUATEC	ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	21:00
AQUATERA	TERAPÉUTICA ADULTOS	LUNS E MÉRCORES	09:30
		LUNS E MÉRCORES	10:30
		MÉRCORES E VENRES	20:15

UNHA VEZ COMPLETAS AS PRAZAS
ANOTARANSE NA LISTAXE DE AGARDA.

CONSULTE O MÉTODO DE XESTIÓN DE
LISTAXE DE AGARDA NA RECEPCIÓN.



Os cursiños poderán estar suxeitos a modificacións por razóns organizativas.

Mais información nos nosos centros.