

**INSCRIPCIÓN**  
Ata o 20 de setembro

# Actividades **Deportivas** e **Culturais**



**2017 • 18**  
SETEMBRO A XUÑO



CONCELLO DE  
ABEGONDO



Deputación  
DA CORUÑA



XUNTA  
DE GALICIA



## ESCOLAS DE 1 A 2 ANOS

### Escola de Psicomotricidade

Instalación	Idade nados	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Escola Infantil Pasiños	2016-2015	Martes e xoves	10:30 h	11:30 h	1/10/2017	30/6/2018
Prezo/mes						12 €

## ESPECIAL SÁBADOS EN FAMILIA

**Novidade**

Escola SÁBADOS EN FAMILIA: Actividade para o desfrute dos pais cos seus fillos realizando xuntos a mesma actividade deportiva

### Patinaxe, Deportes con Balón, Globos e Xogos... en familia

Instalación	Idade nados	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Pavillón San Marcos	Dende os 3 anos	Sábados	16:30 h	17:30 h	1/10/2017	31/5/2018
Prezo/mes						15 €/ familia

### Iniciación ao Judo en Familia

Instalación	Idade nados	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Tatami Pavillón San Marcos	Dende os 3 anos	Sábados	11:00 h	12:00 h	1/10/2017	31/5/2018
Prezo/mes						15 €/familia

### Bailes Latinos en Familia

Instalación	Idade nados	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Sala Multiusos Pavillón San Marcos	Dende os 3 anos	Sábados	18:00 h	19:00 h	1/10/2017	31/5/2018
Prezo/mes						15 €/familia

## ESPECIAL SÁBADOS CONCILIA

### Pavillón San Marcos Concilia. Quedamos no Pavillón!!!

**GRATUÍTO**

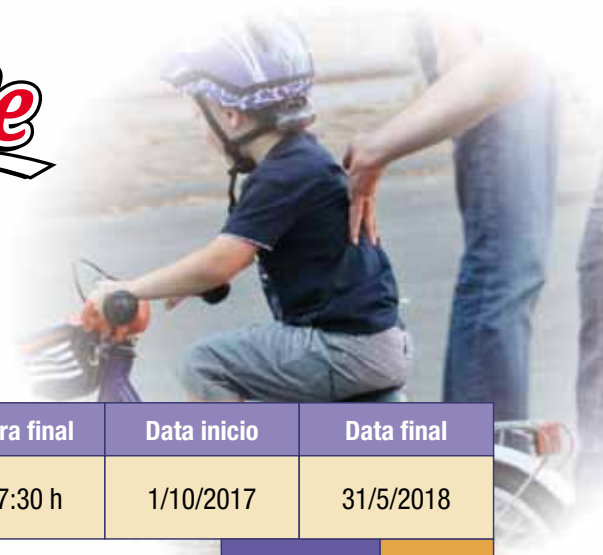
Os sábados pola tarde dende as 16:30 h ata 20:30 h se permitirase o uso libre da pista central do pavillón para a realización de deporte entre amigos, e que os nosos rapaces teñan un punto de encontro cos amigos para facer deporte e xogo libre. Sempre que a pista non teña unha actividade puntual organizada.

## ESCOLAS DE 3 A 16 ANOS

### Ε.Μ de Biciescola

**Novidade**

Cursos de aprendizaxe para montar en bicicleta (incluídas bicicletas con rodiñas), traballando equilibrio, pedaleo e freada en bicicleta, ademais complementarase con nocións de educación viaria. Obrigatorio casco. Levar cada un a súa bicicleta.



Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Patio Exterior Ceip San Marcos	2006-2012	Sábados	16:30 h	17:30 h	1/10/2017	31/5/2018

Prezo/mes 12 €

### Ε.Μ Xogos Tradicionais

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Tatami Pavillón San Marcos	2014-2013 2012	Venres	14:00 h	15:00 h	1/10/2017	31/5/2018

Prezo/mes 10 €

### Ε.Μ Multideporte: Tenis, Baloncesto, Balonmán, Atletismo.....

**Novidade**

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Pavillón San Marcos	2013-2012	Xoves	16:30 h	17:45 h	1/10/2017	31/5/2018

Prezo/mes 12 €

### Ε.Μ Patinaxe Artística

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Pavillón San Marcos	2014-2013 2012	Martes	14:00 h	15:00 h	1/10/2017	31/5/2018

Prezo/mes 10 €

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Pavillón San Marcos	2006-2011	Mércores	16:30 h	18:00 h	1/10/2017	31/5/2018
	2002-2006	Sábados	12:30 h	13:35 h	1/10/2017	31/5/2018

Prezo/mes 12 €

## ESCOLAS DE 3 A 16 ANOS

### Ε.Μ Baloncesto

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Pavillón San Marcos	206-2011	Luns	16:30 h	18:00 h	1/10/2017	31/5/2018
Prezo/mes						12 €

### Ε.Μ Tenis

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Pavillón San Marcos	2007-2009 2006-2004	Mércores	18:00 h	19:15 h	1/10/2017	31/5/2018
Prezo/mes						13 €

### Ε.Μ Zumba Kids

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Sala Multiusos Pavillón San Marcos	2006-2011	Xoves	19:00 h	20:00 h	1/10/2017	31/5/2018
Prezo/mes						10 €

Equipacións das escolas municipais  
Información no departamento de deportes



## E.M de Ballet

Obrigatorio levar camiseta de sisa negra, mallas negras curtas ou longas, zapatillas de ballet e pelo recollido en coleta ou moño.

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final
Sala Multiusos Pavillón San Marcos	2014	Martes	16:30 h	17:45 h	1/10/2017	31/5/2018
	2013-2012	Martes	16:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018
	2011-2010	Mércores	16:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018
	2010-2009 2008 <b>Iniciación</b>	Luns	16:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018
	2007-2006 2005	Xoves	16:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018
	2007-2008 2009	Venres	16:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018
	Cadetes Senior	Sábados	16:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018

Prezo/mes **12 €**

## ABONO: Escola Rítmica + Ballet

**20 €**

Sala Multiusos  
Pista Central

## E.M Ximnasia Rítmica

Data inicio 1/10/2017 Data final 31/5/2018

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Minibabies	Alevín • Benxamín Prebenxamín Babies	Minibabies	Alevín Benxamín	Prebenxamín Babies
14:00 h a 15:00 h	14:00 h a 15:00 h	14:00 h a 15:00 h	14:00 h a 15:00 h	14:00 h a 15:00 h
Todas as idades			Todas as idades	
16:30 h a 18:00 h			16:30 h a 18:00 h	

Prezo/mes **12 €**

### CATEGORÍAS

<b>Biberón</b> 2013-2012	<b>Prebenxamín</b> 2011-2010	<b>Benxamín</b> 2009-2008	<b>Alevín</b> 2007-2006	<b>Infantil</b> 2005-2004	<b>Cadete</b> 2003-2002	<b>Xuvenil</b> 2001-2000 1999
-----------------------------	---------------------------------	------------------------------	----------------------------	------------------------------	----------------------------	-------------------------------------

### CATEGORÍAS XIMNASIA RÍTMICA

<b>Minibabies</b> 2014-2013	<b>Babies</b> 2012	<b>Benxamín</b> 2010-2009	<b>Alevín</b> 2007-2008 2009	<b>Infantil</b> 2005-2006 2007	<b>Cadete</b> 2003-2004 2005	<b>Senior</b> 2003-2002 2001
--------------------------------	-----------------------	------------------------------	------------------------------------	--------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------



## DEPORTES FEDERADOS DE 3 A 16 ANOS

Nos deportes federados, os alumnos deberán presentarse coa roupa de adestramento adecuada para cada modalidade.

Judo: Judogui

Na modalidade de Judo é obrigatorio federarse para o cambio de cinturón e en Ximnasia Rítmica para poder competir nalgunhas has competicións federadas. Os adestradores das diferentes modalidades informarán os seus equipos cando se inicien os adestramentos.

### Judo

Instalación	Idade nados	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final	
Tatami Pavillón San Marcos	2014-2013 2012	Martes e xoves	14:00 h	15:00 h	1/10/2017	31/5/2018	
						<b>Prezo/mes</b>	<b>10 €</b>

Instalación	Idade nados	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final	
Tatami Pavillón San Marcos	6-7-8 anos	Martes e xoves	16:30 h	17:30 h	1/10/2017	31/5/2018	
	9- 10-11-12 + años	Martes e xoves	17:30 h	18:30 h	1/10/2017	31/5/2018	
						<b>Prezo/mes</b>	<b>12 €</b>

### Ximnasia Rítmica Competición

Obrigatorio levar camiseta de sisa negra, mallas negra curtas ou longas, zapatillas de ballet e pelo recollido en coleta ou moño.

<b>Data inicio</b>	1/9/2017	<b>Data final</b>	30/6/2018
--------------------	----------	-------------------	-----------

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO	
Alevín promo Infantil promo	Babie escolar Alevín escolar	Cadete base <b>en IES de Viós</b>	Prebenxamín escolar Babie escolar	Benxamín escolar Alevín escolar	Cadete escolar Cadete base Senior	
18:00 h a 20:00 h	16:30 h a 18:00 h	15:00 h a 16:20 h	17:30 h a 19:00 h	18:30 h a 20:30 h	10:00 h a 11:15 h	
Cadete Escolar Cadete Base Senior	Prebenxamín escolar	Benxamín escolar Alevín promo Infantil promo	Cadete escolar Cadete base Senior		Alevín promo Infantil promo	
19:00 h a 21:00 h	17:30 h a 19:00 h	19:15 h a 21:00 h	17:30 h a 19:00 h		11:00 h a 12:30 h	
					<b>Prezo/mes</b>	<b>30 €</b>

### Clases de Ballet

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO
Alevín escolar Benxamín escolar		Babies escolar Prebenxamín escolar	Alevín promo Infantil promo		Cadete Senior



## Ximnasia Estética

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final	
Pavillón San Marcos	De 9 anos en adiante	Martes Sábados	17:30 h 12:30 h	19:00 h 14:00 h	1/10/2017	31/5/2018	
						<b>Prezo/mes</b>	<b>12 €</b>

## Balonmán

Instalación	Idade nacidos	Días	Hora inicio	Hora final	Data inicio	Data final	
Pavillón San Marcos	Prebenxamín	Luns-Xoves	14:00 h	15:00 h	1/10/2017	31/5/2018	
	Benxamín	Mércores-Venres	14:00 h	15:00 h	1/10/2017	31/5/2018	
	Alevín	Mércores Venres	14:00 h 16:30 h	15:00 h 18:30 h	1/9/2017	30/6/2018	
	Infantil	Martes Venres	19:00 h 18:30 h	20:30 h 20:30 h	1/9/2017	30/6/2018	
						<b>Prezo/mes</b>	<b>15 €</b>

## Fútbol

		Data inicio	1/9/2017	Data final	30/6/2018	
LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES		
<b>Prebenxamíns</b> Campo San Tirso <b>Benxamíns</b> Ciudad Deportiva	<b>Biberóns</b> <b>Alevins B-C-D</b> Ciudad Deportiva <b>Alevín A</b> Campo San Tirso	<b>Prebenxamíns</b> Campo San Tirso <b>Benxamíns</b> Ciudad Deportiva	<b>Biberóns</b> <b>Alevins B-C-D</b> Ciudad Deportiva <b>Alevín A</b> <b>Infantil B</b> Campo San Tirso	<b>Cadete C</b> <b>Infantil C</b> Campo San Tirso		
17:00 h a 18:30 h	17:00 h a 18:30 h	17:00 h a 18:30 h	17:00 h a 18:30 h	17:00 h a 18:30 h		
	<b>Escola Porteiros</b> Campo San Tirso	<b>Escola Porteiros</b> Campo San Tirso				
	17:00 h a 19:00 h	17:00 h a 19:00 h				
<b>Infantil B</b> <b>Cadete B</b> Campo San Tirso	<b>Cadete B</b> <b>Cadete C</b> Campo san Tirso	<b>Infantil C</b> Campo San Tirso	<b>Cadete B</b> Campo San Tirso			
19:00 h a 20:30 h	19:00 h a 20:30 h	19:00 h a 20:30 h	19:00 h a 20:30 h			
<b>Cadete A Gallega</b> <b>Infantil A Gallega</b> Ciudad Deportiva	<b>Cadete A Gallega</b> Ciudad Deportiva	<b>Cadete A Gallega</b> <b>Infantil A Gallega</b> Ciudad Deportiva	<b>Cadete A Gallega</b> <b>Infantil A Gallega</b> Ciudad Deportiva			
18:45 h a 20:30 h	18:45 h a 20:30 h	18:45 h a 20:30 h	18:45 h a 20:30 h			
					<b>Prezo/mes</b>	<b>18 €</b>

# Deportes

## Pavillón de SAN MARCOS

### Tenis

Días e horario	Lugar	Prezo/mes
Venres de 20:30 h a 22:30 h	Pista central	20 €

### Bailes de Salón

Días e horario	Lugar	Prezo/mes
Sábado de 19:00 h a 20:30 h	Sala Multiúsos	13 €

## SALA FITNESS MULTIÚSOS

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
9:30 h a 10:30 h		9:30 h a 10:30 h		
<b>Pilates</b>		<b>Pilates</b>		
10:30 h a 11:30 h		10:30 h a 11:30 h		
<b>Aeróbic Zumba</b>		<b>Aeróbic Zumba</b>		
19:00 h a 20:00 h		19:00 h a 20:00 h	19:00 h a 20:00 h	
<b>Ioga</b>		<b>Ioga</b>	<b>Zumba Kids Class</b>	
20:00 h a 21:00 h	20:00 h a 21:00 h	20:00 h a 21:00 h	20:00 h a 21:00 h	20:00 h a 21:00 h
<b>GAP</b> Glúteos - Abdominais Perna	<b>A.F</b> Tonificación/step	<b>Aeróbic Zumba</b>	<b>A.F</b> Tonificación/step	<b>Aeróbic Zumba</b>
	21:00 h a 22:00 h	21:00 h a 22:00 h	21:00 h a 22:00 h	21:00 h a 22:00 h
	<b>Aeróbic Zumba</b>	<b>Pilates</b>	<b>Aeróbic Zumba</b>	<b>Pilates</b>

### Ioga

Figueroa	Días e horario
	Martes de 20:00 h a 21:00 h Xoves de 20:00 h a 21:00 h

Sarandós	Días e horario
	Martes de 17:30 h a 18:30 h Xoves de 17:30 h a 18:30 h

### Aeróbic Zumba

Crendes	Días e horario
	Luns de 21:00 h a 22:00 h Xoves de 21:00 h a 22:00 h

### Ximnasia Mantemento

Limiñón	Días e horario
	Martes de 9:30 h a 10:30 h Xoves de 9:30 h a 10:30 h

Mabegondo	Días e horario
	Martes de 19:30 h a 20:30 h Xoves de 19:30 h a 20:30 h

Sarandós	Días e horario
	Martes de 17:30 h a 18:30 h Xoves de 17:30 h a 18:30 h

Vizoño	Días e horario
	Martes de 20:45 h a 21:45 h Venres de 20:00 h a 21:00 h

### PREZOS ABONO ADULTOS

1 hora á semana: 10 €/mes • 2 horas á semana: 15€/mes • 3 horas á semana: 25 €/mes  
4 horas á semana: 30 €/mes • 5 horas á semana: 40 €/mes



## FITNESS

### Ximnasio para Adolescentes

MOZAS E MOZOS DE 13 A 16 ANOS

Prezo/mes **15 €**

### Adestramento Funcional (Crossfit)

Grupos reducidos. Máximo: 7 persoas.  
Os grupos e horarios serán segundo a demanda. Preguntar na oficina de deportes.

LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES
10:30 h 19:30 h 20:45 h	10:30 h 11:45 h 19:00 h 20:45 h	10:30 h 19:30 h	10:30 h 11:45 h 19:00 h 20:15 h 20:45 h
<b>Prezos</b>	<b>25 €/mes</b>	<b>BONO: Ximnasio + Adestramento Funcional 30 €/mes</b>	

### Ximnasio – Sala Fitness

Días e horario	Prezos
De luns a venres 8:30 h a 22:30 h	<b>INDIVIDUAL:</b> 15 €/mes
Sábados Mañá: 8:30 h a 14:30 h	<b>BONO FAMILIAR (2 persoas):</b> 25 €/mes
<b>Apertura tardes:</b> 16:30 h a 20:30 h	<b>BONO FAMILIAR (3 persoas ou máis):</b> 35 €/mes
<b>SAUNA: GRATUÍTA</b>	

**Novidade**



## ACTIVIDADES NA NATUREZA

### Rutas de Sendeirismo polos Encoros de Abegondo

Horario	Datas	Prezo
20:30 h	1º e 3º mércores de cada mes De setembro a novembro e de abril a xuño	<b>Gratuito</b>



## ESCOLAS

<b>Manualidades</b> Macramé, miyuki, bordado, bordado canario, romano, bolillos, pintura, decoración,... Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Adultos ou 11 en diante	Xoves de outubro a xuño	18:30 h a 20:30 h	Abegondo
<b>Bricolaxe</b> Restauración de mobles e obxectos, arranxos básicos no fogar, carpintería china, construción de réplicas de obxectos antigos, etc. Prezo: 15 € mes <i>Novidade</i>	Idades	Días	Horario	Lugar
	Adultos	Pendente	Pendente	Abegondo
<b>Coser é fácil</b> (Costura básica, Corte e confección, fíos,abelorios, bainicas, ...) Prezo: 16 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades	Venres De outubro a xuño	20:00 h a 22:00 h	O Naranxo
<b>Taller de ganchillo</b> en 3d e calceta Prezo: 10 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades	De outubro a maio	A determinar	Abegondo
<b>Debuxo-Pintura</b> Acuarela, óleo, retrato, ilustracións,... Prezo: 12 € mes Prezo: 20 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades	De outubro a maio	Sábados de 10:00 a 13:00 h (2 quendas)	Aula Lúdica
	Adultos	De outubro a maio	Mércores de 10:00 a 12:00 h	Aula Lúdica
<b>Alfabetización dixital de Adultos</b> Prezo: 20 € curso	Idades	Días	Horario	Lugar
	Adultos	De outubro a maio Mañás: Luns, martes, mércores ou xoves 11:00 h a 12:00 h Tardes: Día e hora por determinar		Aula Cemit

## Artes Escénicas

<b>Musical</b> Danza contemporánea, coreografía, expresión corporal, canto,... Prezo: 10 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades	De outubro a a xuño		Abegondo
Gratuito para alumnos das Escolas de Música, Teatro, Rítmica ou Ballet				
<b>Maxia</b> Prezo: 10 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Primaria Secundaria	De outubro a maio		Abegondo
<b>Teatro</b> Historias de Abegondo GRATUITO	Idades	Días	Horario	Lugar
	Haberá un grupo de adultos e outro de menores	De outubro a a xuño Mércores de 20:00 h a 22:00 h Sábados de 11:00 h a 13:00 h		Abegondo
<b>Taller Obradoiro de Curtametraxes</b> Guión, linguaxe audiovisual Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades	Un mes 1 día á semana 1 hora e media		Abegondo



# Educativas Reforzo educativo ( técnicas de estudo, aprendendo a estudar, déficit de atención, concentración, Mindfulness,.....)

<b>Reforzo en Logopedia</b> Sesións Individuais, Valoración e Intervención na linguaxe (oral e escrita), fala, voz e deglución	Idades	Días	Horario	Lugar
	Primaria	Luns a venres	• De outubro a xuño	Abegondo
	Secundaria	Luns a venres	• De outubro a xuño	IES de Viós

Prezo: 10 € sesión

<b>Reforzo en TdaH</b> Sesións individuais	<i>Novidade</i>		Idades	Días	Horario	Lugar
	Primaria	Luns a venres	• De outubro a xuño	Abegondo		
	Secundaria	Luns a venres	• De outubro a xuño	IES de Viós		

Prezo: 10 € sesión

<b>Técnicas de Estudo</b> Apoiadas en MINDFULNESS, autorregulación e redución do estrés, experiencia somática	<i>Novidade</i>		Idades	Días	Horario	Lugar
	Primaria	1 día á semana	Tamén en horario de apoio escolar	Abegondo		
	Secundaria	De outubro a maio	IES de Viós			

Prezo: 10 € mes

<b>Debuxo lineal</b>	Idades	Días	Horario	Lugar
	Secundaria	De outubro a a maio	IES de Viós	

Prezo: 10 € mes

<b>Preparación para as probas de graduado en secundaria para adultos</b>	<i>Novidade</i>		Idades	Días	Horario	Lugar
	Maiores de 16 anos	Pendente	Abegondo			

Prezo: 20 € mes

# Artesanía

<b>Iniciación á Escultura</b> Cerámica, barro, madeira,....	Idades	Días	Horario	Lugar
	Primaria Secundaria Adultos	Sábados de 10:00 h a 12:00 h	Por determinar	

Prezo: 17 € mes





## Talleres

<b>Adorno Floral</b> Centros, colocación de flores, adornos,... Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades		Un mes 1 día á semana 1 hora e media	Abegondo
<b>Taller de Fotografía</b> e creación de composicións de foto e vídeo con software libre Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades		Un mes 1 día á semana 1 hora e media	Abegondo
<b>Quedadas Fotográficas</b> <i>Novidade</i>	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades		Quedada fotográfica de outono Encoro Abegondo-Cecebre	Abegondo
			Quedada da primavera Encoro Beche	
			Quedada fotográfica polo Camiño Inglés	
			Quedada nocturna	
<b>Abegondo Chef Junior</b> Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Ata 18 anos		Un mes 1 día á semana 1 hora e media	Abegondo
<b>Abegondo Chef Repostería</b> Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades		Un mes 1 día á semana 1 hora e media	Abegondo
<b>Abegondo Chef Adultos</b> Prezo: 25 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Adultos		Febreiro a maio 1 día á semana 1 hora e media	Abegondo
<b>Robótica</b> Prezo: 15 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Todas as idades		Un mes 1 día á semana 1 hora e media	Abegondo
<b>Taller de Hortas Escolares</b> Preparación da terra, plantación, as sementes, mantemento dos cultivos, fertilización, rega, coñecemento dos insectos "non todos son malos", enfermidades máis comúns... Prezo: 8 € mes Prezo: 10 € mes	Idades	Días	Horario	Lugar
	Primaria		Meses da primavera (2 meses) 1 día á semana	Abegondo
	Secundaria		Meses da primavera (2 meses) 1 día á semana	Viós

## AULA CEMIT

<b>Taller práctico de smartphones/tabletas para persoas maiores</b> Desenvolto pola operadora Orange	<b>Idades</b>	<b>Días</b>	<b>Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Persoas maiores de 60 anos	Martes 3 de outubro 11:00 h - 12:30 h		Aula Cemit

GRATUÍTO

<b>Taller Educativo de Robótica</b> "Programa Rapaciñ@s" (Desenvolto por profesionais do Colexio Profesional de Enxeñaría en Informática de Galicia CPEIG)	<b>Idades</b>	<b>Días</b>	<b>Horario</b>	<b>Lugar</b>
	8 a 14 anos	Martes 10 de outubro 16:30 h -20:00 h		Aula Cemit

GRATUÍTO

## ABETECA

### Programa municipal de conciliación

<b>Coidado de Mañá</b> Alumnas e alumnos do CEIP San Marcos	<b>Lugar</b> CEIP San Marcos <b>Días lectivos</b>	<b>Chegada ao centro dende as 7:30 h</b>	Luns a venres de 7:30 h a 9:45 h	<b>Prezo: 30 € mes</b>
		<b>Días soltos</b>	Luns a venres de 7:30 h a 9:45 h	<b>Prezo: 3 € día</b>

<b>Aula lúdica</b>	<b>Bono mensual</b>	Luns a venres	de 16:30 h a 20:00 h <b>Días lectivos</b>	<b>Prezo: 45 € mes</b>
			de 8:30 h a 14:30 h <b>Días non lectivos</b>	
	<b>Aula Lúdica por horas</b>	Luns a venres	de 16:30 h a 20:00 h <b>Días lectivos</b>	<b>Prezo: 2 € hora</b>
			de 8:30 h a 14:30 h <b>Días non lectivos</b>	

## ACTIVIDADES CULTURAIS DE MEDIODÍA

<b>Horario</b>	<b>Horario</b>	<b>Prezo:</b>
14:00 h a 15:00 h	CEIP San Marcos	8 € mes

<b>Coro Moderno</b>	<b>Días</b>
	Por determinar

GRATUÍTO para alumnos da Escola de Música

<b>Informática</b>	<b>Días</b>
	Venres: Infantil
	Luns, martes: Primaria

<b>Mecanografía por Ordenador</b>	<b>Días</b>
	Mércores Venres

<b>Francés</b> 5º e 6º de Primaria preparatorio para a ESO	<b>Días</b>
	Martes

<b>Teatro</b>	<b>Días</b>
	Por determinar

<b>Manualidades</b>	<b>Días</b>
	Martes: Infantil
	Xoves: Primaria

<b>Musical</b>	<b>Días</b>
	Por determinar

Gratuito para alumnos das Escolas de Música, Teatro, Rítmica ou Ballet

<b>Debuxo e Pintura</b>	<b>Días</b>
	Luns: Infantil
	Venres: Primaria
	AVANZADO Xoves: Primaria

## AULA MUNICIPAL DE IDIOMAS

### PROXECTO GALEGLISH

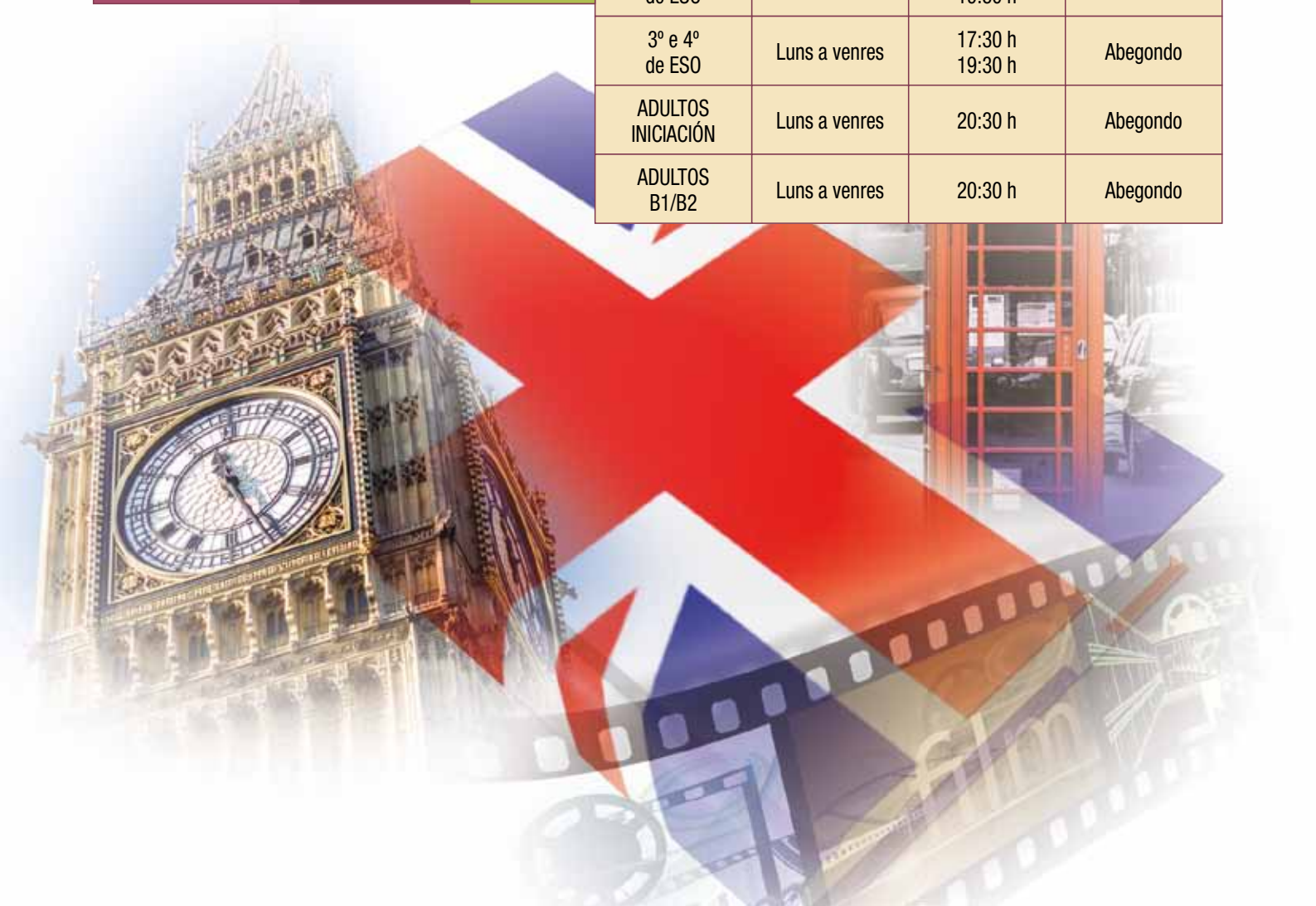
Por un concello plurilingüe. Con este proxecto preténdese que Abegondo se converta nun concello plurilingüe.

Ademais das clases (íntegras en inglés nativo), ofreceranse actividades puntuais e talleres (Campamentos de Inmersión Lingüística, Cinema en inglés, Cooking room, etc, ... )

## Inglés

Prezos	
Sesións de 50 minutos	
1 día á semana	20 € mes
2 día á semana	30 € mes

Idades	Días	Horario	Lugar
Escola Infantil	Venres	A determinar	E. I. Pasiños
Educación Infantil	Venres	De 14:00 h a 15:00 h	CEIP San Marcos
1º e 2º de Primaria	Luns a venres	16:30 h 18:30 h	CEIP San Marcos
3º e 4º de Primaria	Luns a venres	16:30 h 18:30 h	Abegondo
5º e 6º de Primaria	Luns a venres	16:30 h 18:30 h	Abegondo
1º e 2º de ESO	Luns a venres	17:30 h 19:30 h	Abegondo
3º e 4º de ESO	Luns a venres	17:30 h 19:30 h	Abegondo
ADULTOS INICIACIÓN	Luns a venres	20:30 h	Abegondo
ADULTOS B1/B2	Luns a venres	20:30 h	Abegondo





# ESCOLA MUNICIPAL DE MÚSICA DE ABEGONDO

A partir dos cinco anos e sen límite de idade

**Novidade**

Este curso contaremos con titorías personalizadas, avaliación de niveis e ao remate do curso expediranse un boletín coa correspondente superación de nivel e titulación da Escola Municipal de Música de Abegondo.

**Haberá unha Sesión de Portas Abertas en Setembro**

## INSTRUMENTOS

Lugar

**EMMA O SALÓN**

### ACORDEÓN

Xoves: 16:00 h a 21:00 h

### CANTO

Xoves: 16:00 h a 21:00 h

### FRAUTA TRAVESEIRA

Xoves: 16:00 h a 21:00 h

### CLARINETE

Martes: 17:00 h a 21:30 h

Mércores: 17:00 h a 19:00 h

### OBOE

A determinar

### SAXOFÓN

Martes: 17:00 h a 21:30 h

Mércores: 17:00 h a 19:00 h

### FAGOT

A determinar

### TROMPA

Luns: 16:00 h a 20:00 h

### TROMPETA

Luns: 16:00 h a 20:00 h

### TROMBÓN

Luns: 16:30 h a 19:00 h

Mércores: 16:30 h a 22:00 h

Xoves: 16:30 h a 22:00 h

### BOMBARDINO

Luns: 16:30 h a 19:00 h

Mércores: 16:30 h a 22:00 h

Xoves: 16:30 h a 22:00 h

### TUBA

Luns: 16:30 h a 19:00 h

Mércores: 16:30 h a 22:00 h

Xoves: 16:30 h a 22:00 h

### GAITA

Luns: 16:30 h a 19:00 h

Mércores: 16:30 h a 22:00 h

Xoves: 16:30 h a 22:00 h

### FLISCORNO

A determinar

### GUIARRA E BAIXO ELÉCTRICO

Luns: 16:00 h a 21:00 h

### VIOLÍN

Luns: 16:00 h a 21:00 h

### VIOLONCHELO

Luns: 16:00 h a 21:00 h

### CONTRABAIXO

Luns: 16:00 h a 21:00 h

### BATERÍA

Venres: dende as 16:30 h ata as 21:00 h

### PERCUSIÓN

Venres: dende as 16:30 h ata as 21:00 h

### PIANO

Luns: 16:30 h a 19:00 h

Mércores: 16:30 h a 22:00 h

Xoves: 16:30 h a 22:00 h

## ENSAIOS GRUPAIS/ AGRUPACIÓNS

GRATUÍTAS PARA TODOS OS ALUMNOS E EXALUMNOS DA ESCOLA DE MÚSICA

Lugar

EMMA O SALÓN

### CORO INFANTIL

Días • Horario

Xoves: 18:00 h a 19:00 h

### PREBANDA

Días • Horario

Martes: 19:00 h a 20:00 h

### CORAL

Días • Horario

Xoves: 21:00 h a 22:00 h

### COMBOS

Días • Horario

Luns: 21:00 h a 23:00 h

### GRUPO DE CÁMARA DE CLARINETES

Días • Horario

A determinar

### COMBOS JUNIOR

*Novidade*

Días • Horario

A determinar

### CHARANGA

Días • Horario

A determinar

### GAITAS, PERCUSIÓN E PANDEIRETAS

Días • Horario

Luns: 20:00 h a 21:00 h

### GRUPO DE DANZA TRADICIONAL (BAILE GALEGO)

Días • Horario

**Baile Galego e Pandeiretas Infantil**

Venres:  
18:00 h a 20:00 h

**Baile Galego Adultos**

Luns:  
21:00 h a 22:00 h

**Canto Tradicional e Pandeireta**

Luns:  
20:00 h a 21:00 h



# LINGUAXE MUSICAL • NIVEIS

<b>Música activa e movemento</b>	<b>Días • Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Mércores: 14:00 h a 15:00 h	CEIP San Marcos
<b>Harmonía moderna</b>	<b>Días • Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Luns: 20:00 h a 21:00 h	EMMA O SALÓN
<b>NIVEL 1</b>	<b>Días • Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Mércores: 19:00 h a 20:00 h	EMMA O SALÓN
<b>NIVEL 2</b>	<b>Días • Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Luns: 19:00 h a 20:00 h	EMMA O SALÓN
<b>NIVEL 3</b>	<b>Días • Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Xoves: 19:00 h a 20:00 h	EMMA O SALÓN
<b>NIVEL 4</b>	<b>Días • Horario</b>	<b>Lugar</b>
	Xoves: 20:00 h a 21:00 h	EMMA O SALÓN

Poderanse modificar os horarios de Linguaxe Musical por motivos de compatibilidade de impartición dos profesores destinados a impartilos.



<b>PREZOS ESCOLA DE MÚSICA</b>	
<b>MÚSICA ACTIVA</b>	8 € mes
<b>HARMONÍA MODERNA</b>	10 € mes
<b>LINGUAXE MUSICAL</b>	10 € mes
<b>AGRUPACIÓNS - ENSAIOS GRUPAIS</b>	10 € mes
<b>ABONO MUSICAL</b> LINGUAXE MUSICAL+ INSTRUMENTO+ AGRUPACIÓNS	40 € mes



# AULA MENTOR

## Que é Aula Mentor?

Aula Mentor é unha iniciativa de formación dirixida a persoas adultas que desexan ampliar e mellorar as súas competencias persoais e profesionais. A iniciativa parte do Ministerio de Educación, Cultura e Deporte e, no caso do noso centro, colaboran a Consellería de Cultura, Educación e Ordenación Universitaria e o Concello de Abegondo.

## Que ofrece?

Aula Mentor ofrece máis de 150 cursos de formación aberta, flexible e a través de Internet. As alumnas e alumnos contan en todo momento co apoio dun titor ou titora e coa asistencia do administrador da aula. A listaxe completa de cursos pódese consultar na páxina web do proxecto: [www.aulamentor.es](http://www.aulamentor.es).

## Canto custa?

O prezo da matrícula inicial é de 48 €, por 60 días de formación. Se a alumna ou alumno precisa de máis tempo para completar o curso pode facer renovacións por períodos de 30 días e un custo de 24 €.

## Iniciación a la Informática

Introducción a la Informática con Windows  
Linux para usuarios

## Ofimática

Access  
Excel  
Iniciación a Office  
OpenOffice  
PowerPoint  
Word

## Internet

Iniciación a Internet  
Internet útil  
Seguridad en Internet

## Redes y Equipos Informáticos

Apache  
Mantenimiento de Equipos Informáticos  
Redes de Área Local  
Seguridad Informática

## Programación

Action Script 2  
Ajax  
Desarrollo de aplicaciones para Android  
Desarrollo de aplicaciones para Android II  
Desarrollo de aplicaciones web con SYMFONY2  
Desarrollo de aplicaciones web multiplataforma  
Diseño de bases de datos  
Iniciación a Javascript  
Iniciación a la Programación  
Iniciación a PHP  
PHP avanzado  
Progración en Java Avanzado  
Programación en Access  
Programación en Java  
Programación Web en Java  
SQL con MYSQL  
SQL con MYSQL 2

## Carácter profesional hostelería y turismo

Diseño de productos y servicios turísticos locales  
Gestión de la información y documentación turística local  
Información y atención al visitante  
Organización del servicio de turístico local  
Procesos de gestión de calidad en hostelería y turismo  
Procesos de gestión de unidades de información y distribución turística  
Promoción y comercialización de productos y servicios turísticos locales

## Carácter profesional administración y gestión

Aplicaciones informáticas de administración de recursos humanos

Apoyo administrativo a la gestión de recursos humanos

Cálculo de prestaciones de la seguridad social  
Comunicación efectiva y trabajo en equipo  
Contratación laboral  
Función del mando intermedio en la prevención de riesgos laborales  
Retribuciones salariales, cotización y recaudación

## Carácter profesional de servicios socioculturales y a la comunidad

Administración de alimentos y tratamientos a personas dependientes en domicilio  
Atención higiénico-sanitaria de personas dependientes

## Carácter profesional madera, mueble y corcho

Elaboración de soluciones constructivas y preparación de muebles  
Toma de datos, mediciones y croquis para la instalación de muebles

## Carácter profesional de comercio y márketing

Gestión de pedidos y stock  
Gestión del equipo de trabajo del almacén  
Seguridad y prevención de riesgos en el almacén

## Carácter profesional de textil, piel y cuero.

Escalar el patrón modelo

## Iniciativas empresariales

Administración de Fincas  
Escaparatismo e imágen en el punto de venta  
Gestión inmobiliaria  
La exposición: diseño y montaje  
Patronaje  
Redes sociales para Pymes. Introducción al Community Management

## Creación y administración de PYMES

Cómo crear una PYME  
Emprender en Internet  
Gestión de la calidad  
Internacionalización de Pymes  
Teletrabajo y comercio electrónico

## Gestión comercial y financiera de PYMES

Contabilidad avanzada  
Contaplus  
Facturaplus  
Gestión financiera  
Habilidades de venta  
Iniciación a la contabilidad  
Plan de márketing en las PYMES

## Tributos

Impuesto de sociedades  
Impuesto de transmisiones patrimoniales

## Como podo informarme e formalizar a matrícula?

A matrícula nos cursos Mentor está aberta todo o ano (agás en agosto). Para formalizar a matrícula ou obter máis información dirixite ao noso centro:

- Por correo electrónico: [abegondo@aulamentor.es](mailto:abegondo@aulamentor.es)
- Por teléfono: 981 647 909 (preguntar polos cursos da Aula Mentor)
- En persoa, nas oficinas municipais da Casa do Concello (de luns a venres de 9:00 h a 14:00 h; para citas en horario de tarde consultar dispoñibilidade)

## Que preciso para poder facer un curso da Aula Mentor?

Coñecementos básicos de informática (desde o concello tamén se imparte na súa programación anual a formación básica que se require). Se queres facer o curso desde a túa casa tamén precisas de acceso a Internet e o software necesario para completar o curso. O Concello pon a disposición das alumnas e alumnos que non dispoñan dos medios unha aula co equipamento, conexión a internet e o software para completar os cursos (no caso de software propietario a matrícula queda supeditada á dispoñibilidade de licenza).

Impuesto sobre el valor añadido (IVA)  
IRPF

La tributación local  
Normativa y procedimientos tributarios

## Certificación académica CISCO

CCNA5 - Módulo 1  
CCNA5 - Módulo 2  
CCNA5 - Módulo 3  
CCNA5 - Módulo 4

## Diseño y Autoedición

Adobe Illustrator  
Autocad  
Autoedición – Indesign  
Ilustración digital  
Coreldraw  
Gimp  
Photoph básico  
Photosho medio  
Photoshop avanzado  
Modelado 3D con Blender  
Animación 3D con Blender  
Diseño gráfico impreso y digital: fundamentos prácticos  
Diseño en 3D con Sketchup – Inicial  
Diseño en 3D con Sketchup – Avanzado  
Fabricación digital: introducción al modelado e impresión 3d

## Diseño Web

Creación tu web con Wordpress  
WMI5, diseño de juegos HTML5  
HTML5  
Joomla  
Multimedia y Web 2.0

## Medios Audiovisuales

Análisis y escritura de guiones de cine  
After effects CS6  
Avid Media Composer  
Creación y producción musical  
Dirección de arte para producciones audiovisuales  
Documentales. Creación y Producción.  
Edición de vídeo con Final Cut Pro X  
Fotografía digital  
Fundamentos de la fotografía  
Producción musical con Logic Pro X  
Televisión, una mirada crítica  
Video: Lenguaje y Realización

## Energía

Energías Renovables  
Evaluación del Impacto Ambiental

## Instalaciones y control

Automatismos neumáticos y electroneumáticos  
Climatización y Aire Acondicionado

Fontanería y uso racional del agua  
Instalador Electricista

Micro PLC. Automatización Fácil

## Ecología

Agricultura ecológica  
Iniciación a la ecología  
Iniciación a la jardinería  
Jardinería ornamental y horticola

## Idiomas

Inglés 1  
Inglés 2  
Inglés 3  
Inglés 4  
Inglés 5  
Inglés 6  
Inglés 7  
Inglés 8

## Cultura y formación general

Coaching y liderazgo personal  
Conservación y restauración de objetos antiguos  
Desenterrar el pasado. Introducción al patrimonio arqueológico  
Historia del Arte  
Historia del Arte en España  
Taller de Comunicación Escrita. Avanzado  
Taller de Comunicación Escrita. Inicial

## Educación

Educación Infantil (Galego)  
Educación Infantil (Español)  
Educación Infantil (Catalán)  
Educación Sexual  
Escuela de Padres y Madres  
Familia, escuela y convivencia  
Lengua de signos A1  
Lengua de signos A2  
Prevención de Drogodependencias  
Técnicas de estudio  
Herramientas para el aprendizaje en educación formal y no-formal: el enfoque de proyectos

## Salud

Aprender a cuidar en casa a personas en situación de dependencia  
Atención geriátrica  
Cuidados del anciano  
Cuidados del bebé  
Iniciación a la musicoterapia  
Nutrición

## Gestión de recursos humanos

Gestión de recursos humanos  
Nóminas y seguros sociales  
Orientación profesional y búsqueda de empleo  
Prevención de riesgos laborales

### NOTAS:

A matrícula nalgúns dos cursos queda supeditada á dispoñibilidade do software en función da demanda do curso

Aula Mentor do Concello de Abegondo - Casa do Concello

San Marcos, 1 - 15318 Abegondo (A Coruña)

[www.aulamentor.es](http://www.aulamentor.es)  
[abegondo@aulamentor.es](mailto:abegondo@aulamentor.es)



Unión Europea

Fondo Social Europeo  
"El FSE invierte en tu futuro"

# NORMAS XERAIS

1. As inscricións tramitaranse preferentemente na web de actividades do concello:  
**<https://actividades.abegondo.gal>**

Prazos de inscrición: **Ata o 20 de setembro.**

Escola municipal de música: Prazo de inscrición: **do 1 ao 20 de setembro.**

2. As baixas realizaranse no rexistro municipal ou enviando un correo electrónico. Serán efectivas a partir do primeiro día do mes seguinte ao que se formalice a baixa.

3. O Concello resérvase o dereito de comezar ou suspender algunha das escolas municipais, atendendo ao número de inscricións.

4. Terán preferencia nas actividades os empadroados no Concello de Abegondo.

5. Hai un seguro obrigatorio de 8 euros, válido tanto para escolas culturais como deportivas.

6. Formas de pago:

- Cotas mensuais
- Unha cota total do curso, cun desconto do 12%
- As familias numerosas terán un desconto do 15%. Terán que acreditar a dita condición.

7. Nas actividades para a tempada 2017/2018, no caso de haber máis inscricións que prazas, procederase á realización dun sorteo onde terán preferencia os empadroados

## MÁIS INFORMACIÓN:

Concello: 981 647 909 • [www.abegondo.gal](http://www.abegondo.gal)

Deportes: 655 998 023 • [deportesabegondo.blogspot.com.es](http://deportesabegondo.blogspot.com.es)

Pavillón: 630 404 667 • [deportes@abegondo.es](mailto:deportes@abegondo.es)

Cultura: 981 647 996 • [cultura@abegondo.es](mailto:cultura@abegondo.es)  
• [culturaabegondo.blogspot.com.es](http://culturaabegondo.blogspot.com.es)

Aula Lúdica: 681 228 696 • (Atende whatsapp)  
[aulaludica@abegondo.es](mailto:aulaludica@abegondo.es)

Biblioteca: 981 669 266 • [biblioteca@abegondo.es](mailto:biblioteca@abegondo.es)  
• [cultura@abegondo.es](mailto:cultura@abegondo.es)



# Actividades Deportivas e Culturais

2017 • 18  
SETEMBRO A XUÑO



CONCELLO DE  
ABEGONDO



Deputación  
DA CORUÑA



XUNTA  
DE GALICIA