

## ACTIVIDADE FÍSICA PARA ADULTOS COMENZA O 4 DE OUTUBRO

### **Ximnasia Terapéutica:**

#### **Corme:**

Luns, mércores e xoves de 11:00 a 12:00h

No pavillón municipal de Corme

Maiores de 18 anos

#### **Ponteceso:** Dous grupos

Luns, mércores e xoves de 9:45 a 10:45h

Martes, xoves e venres de 9:45 a 10:45h

No ximnasio da ESO

Maiores de 18 anos

### **Ximnasia de Mantemento**

Luns, mércores e xoves de 19:45 a 20:45h

Maiores de 18 anos

Pavillón municipal de Ponteceso e ximnasio da ESO

### **Aeróbic**

#### **Corme:**

Martes e xoves de 19:35 a 20:35h

Maiores de 16 anos

Pavillón municipal de Corme

#### **Ponteceso:**

Luns e xoves de 21:00 a 22:00h

Maiores de 16 anos

Ximnasio da ESO

O prazo de inscrición comezará o 29 de setembro nas oficinas municipais.