

## **ACTIVIDADES CULTURAIS E DEPORTIVAS CONCELLARÍA DE CULTURA E DEPORTES CONCELLO DE PONTECESO**

Baixo o título “**este verán ... PONTE EN MARCHA**”, a concellaría de Cultura e Deportes do Concello de Ponteceso desenrolará unha serie de actividades para o verán, intentando abarcar a maior franxa de idade.

*Toda a información e inscricións realizaranse en:*

**DEPARTAMENTO DE DEPORTES**      *Teléf.: 981 71 40 00*  
**OFICINA INFORMACIÓN XUVENIL**      *Teléf.: 981 71 46 22*  
**OFICINA MUNICIPAL –Corme-**      *Teléf.: 981 73 84 28*  
**[www.ponteceso.net](http://www.ponteceso.net) (información)**

### **CAMPAMENTO DEPORTIVO COSTA BERGANTIÑA:**

Idades: de 7 a 14 anos  
Días: do 1 ao 4 de xullo  
Hora: de 10 a 14h  
Lugar: concellos da zona: Laxe, Ponteceso, Malpica e Cabana.  
Cota: 15 €  
Prazas: 18

Información: algunhas actividades que van realizar son xogos de presentación, de animación, cooperativos; obradoiros de malabares, piragüismo, senderismo, etc...

### **CAMPUS DE FÚTBOL DE COSTA BERGANTIÑA:**

Idades: de 7 a 14 anos  
Días: 21, 22, 23 e 27 de xullo  
Hora: de 10 a 14h  
Lugar: campo de fútbol “As Redondas” Enano-Cabana  
Cota: 20 €  
Prazas: 18

Información: clases prácticas e teóricas desta modalidade.

### **CAMPAMENTO DEPORTIVO DA DEPUTACIÓN DA CORUÑA:**

Idades: de 9 a 13 anos  
Días: do 6 ao 12 de xullo  
Hora: todo o día  
Lugar: colexio Calvo Sotelo (A Coruña)  
Cota: 85 €  
Prazas: 7

Información: campamento deportivo e náutico en réxime de aloxamento completo.

### **CAMPUS DE FÚTBOL DA DEPUTACIÓN DA CORUÑA:**

Idades: de 9 a 13 anos  
Días: do 13 ao 19 de xullo  
Hora: todo o día  
Lugar: campos da Torre (A Coruña). Aloxamento en IES Cruceiro Baleares.  
Cota: 75 €  
Prazas: 4  
Información: ensinaranse habilidades básicas de fútbol en réxime de concentración.

### **CURSOS DE NATACIÓN:**

Idades: a partir de 6 meses  
Días: De luns a venres, do 7 de xullo ata o 11 de setembro  
Hora: mañá e tarde  
Lugar: piscina municipal de Ponteceso  
Cota: según curso  
Información: cursos para nen@s, iniciación e perfeccionamento para adultos, natación terapéutica, aquafitness e horario libre.

### **XOGOS PARA O VERÁN:**

Idades: de 6 a 12 anos  
Días: 31 de xullo e 20 de agosto en Ponteceso  
28 de xullo e 18 de agosto en Corme  
Hora: de 11:00 h a 13:00h  
Lugar: Praza do Relleno e Paseo Fluvial (Ponteceso)  
Praza da Ribeira e praia da Arnela (Corme)  
Cota: 2 € / nen@

### **SAÍDA DEPORTE de AVENTURA A GOLPE GOLF BALDAIO-CARBALLO**

Idades: de 7 a 17 anos  
Días: 29 xullo  
Hora: saída ás 10:00h  
Lugar: Bardaio-Carballo  
Cota: 20 € (Entrada e comida)  
Información: realizar actividades de aventura no medio natural. En colaboración con Costa Bergantiñá.

### **SAÍDA AO PARQUE ACUÁTICO DE CERCEDA (pequenos e maiores)**

	<b>PEQUENOS:</b>	<b>MAIORES:</b>
Idades:	de 5 a 12 anos	maiores de 13 anos
Días:	5 agosto	7 de agosto
Hora:	saída ás 10:30h	saída ás 10:30h
Lugar:	Cerceda	Cerceda
Cota:	4 € + 6 € acompañante	6 €
Información:	pasaremos un día de lecer disfrutando das instalacións do Aquapark.	

### **LIGA MULTIDEPORTIVA INFANTIL:**

idades: Nacidos/as entre o 1994 e o 2000

#### **PONTE**

días: 7, 9, 14 e 16 de xullo  
hora: de 11:00 a 13:30h.  
lugar: campo de fútbol o Pinguel.  
cota: gratuíta

#### **CORME**

8, 10, 15 e 17 de xullo  
de 11:00 a 13:30h.  
Praia do Osmo

deportes: Fútbol 5, voleibol e brilé      fútbol praia, volei praia e brilé praia.  
Información: con tódolos/as inscritos faremos equipos por idades, e xogaran todos/as unha liga de tódolos deportes.

### **RUTA CICLOTURÍSTICA:**

Idades: a partir de 12 anos  
Día: 31 de xullo  
Hora: 10:00 da mañá ata ás 17:00h.  
Lugar: Praza do Relleno (Ponteceso)  
Cota: gratuíta  
Información: percorrido longo, dirixido a aventureiros en bici de montaña. Camiños, montes e estradas secundarias.

### **DÍA DA BICI:**

Idades: público en xeral  
Días: 3 agosto en Ponteceso (XVI celebración)  
10 agosto en Corme (V celebración)  
Hora: Por confirmar, posiblemente en Ponte ás 10:30 e Corme ás 11:00h.  
Lugar: Praza do Relleno (Ponteceso)  
Peirao de Corme  
Cota: gratuíta  
Información: realizarase un recorrido en bici polos arredores dos cascos urbáns.

### **TORNEO TENIS:**

#### **PEQUENOS**

Idades: de 8 a 16 anos  
Días: o 4, 6 e 8 de agosto  
Hora: de 11:00 a 14:00h.  
Lugar: pavillón municipal en Corme  
Cota: gratuita  
Información: disputarase o Torneo de Verán

#### **ADULTOS**

máis de 17 anos  
o 4, 6 e 8 de agosto  
a partir das 20:00h.  
pavillón municipal en Corme  
2 €

### **TORNEO DE VOLEI PRAIA:**

Equipos: de catro compoñentes.  
Idades: máis de 16 anos  
Días: o 18 de xullo  
Hora: A partir das 18:30h.  
Lugar: praia do Osmo  
Cota: gratuita  
Información: inscrición o mesmo día, mínimo de catro equipos para xogar o torneo.

### **NOITES DE CINE:**

Idades: Público En xeral  
Días: consultar calendario de actividades.  
Hora: 22:00h.  
Lugar: nas parroquias do concello  
Organiza: Concello de Ponteceso

### **VELADA CULTURAL EN CORME**

Idades: Público en xeral  
Data: 23 de agosto  
Hora: Por concretar  
Lugar: Praza do Pan  
Artista:  
Cota: de balde

### **FESTIVAL DE HABANERAS EN CORME**

Idades: Público en xeral  
Días: 2 de agosto  
Hora: 22.30h  
Lugar: Praza do Pan  
Cota: de balde

### **XIX e XX - MARCHAS NOCTURNAS EN PONTECESO**

Idades: A partir de 12 anos /menores de idade con autorización  
Datas: Xoves, 10 de xullo e luns, 4 de agosto  
Horario: 23:00. a 01:00h da noite  
Lugar: Saída da praza do Relleno en Ponteceso  
Cota: de balde  
Levar: lanterna,calzado axeitado,pantalón largo, pao de apoio,  
chaleco relectante

### **I e II - MARCHAS NOCTURNAS EN CORME**

Idades: A partir de 12 anos /menores de idade con autorización  
Datas: Mércores 23 de xullo e 6 de agosto  
Horario: 23:00. a 01:00h da noite  
Lugar: Saída da praza da Ribeira.  
Cota: de balde  
Levar: lanterna,calzado axeitado,pantalón largo, pao de apoio,  
chaleco relectante

### **RUTAS DE SENDEIRISMO:**

Idades: A partir de 12 anos  
Día: Sábado 5 de xullo  
Saída: De Corme en autobús as 9:30h. e de Ponteceso ás 9:45h.  
Horario: De 9:30 ata as 17:00h.  
Lugar: Pola beira do Río Anllóns, dende Verdes ata Anllóns.  
Cota: de balde  
Levar: calzado axeitado, pantalón largo, pao de apoio, gorra, protección solar, auga e bocadillo.

### **RISOTERAPIA**

Idades: maiores de 18 anos  
Días: 22, 29 de xullo e 5 de agosto no pabellón de Corme.  
23, 30 de xullo e 6 de agosto no salón de actos do concello de Ponteceso.  
Hora: de 20:00 a 21:30h  
Prazas: limitadas.  
Información: xogos e dinámicas grupais que aseguran a diversión e o desestrés.

### **OBRADOIRO DE RADIO**

Idades: maiores de 12 anos.  
Días: 7, 11, 14 e 18 de xullo na radio de Corme.  
Hora: de 10:00 a 12:00 h.  
Información: recoñecer aparatos, aprender o funcionamento,...

### **OBRADOIROS DE ANIMACIÓN**

Idades: maiores de 16 anos.  
Días: 2, 7, 9, 14, 16 e 21 de xullo.  
Hora: de 20:00 a 22:00 h.  
Lugar: salón de actos do concello.  
Prazas: limitadas..  
Información: aprenderemos divertíndonos con talleres de globoflexia, clown, xogos de lecer...