

# PERSOAS ADULTAS



## AERÓBIC

**Pavillón dos Tilos** martes e xoves de 10.00 a 11.00 h  
 martes e xoves de 11.00 a 12.00 h  
**Pavillón de Calo** luns e mércores de 19.15 a 20.15 h  
**CJC Os Tilos** luns e mércores de 20.30 a 21.30 h



## BILLAR

**Club Billar Teo (Cacheiras)** venres de 16.30 a 17.30 h



## DEFENSA PERSOAL

**Pavillón de Calo** mércores e venres de 19.00 a 20.00 h



## HICKBOXING

**Pavillón de Calo** venres de 20.00 a 21.00 h



## TAICHI

**Pavillón de Calo** luns e mércores de 20.15 a 21.15 h



## TENIS

**Pavillón de Calo**  
**Iniciación 1** sábado de 9.00 a 10.00 h  
**Iniciación 2** sábado de 10.00 a 11.00 h  
**Perfeccionamento 1** sábado de 11.00 a 12.00 h  
**Perfeccionamento 2** sábado de 12.00 a 13.00 h  
**Avanzado** sábado de 13.00 a 14.00 h



## TIRO CON ARCO

**Pavillón Ezequiel Mosquera (A Ramallosa)** xoves de 19.00 a 21.00 h



## XIMNASIA

**Pavillón dos Tilos** luns e mércores de 10.00 a 11.00 h  
 luns e mércores de 11.00 a 12.00 h  
**Pavillón de Calo** martes e xoves de 19.00 a 20.00  
 martes e xoves de 20.00 a 21.00

# RAPACES/ZAS



**BALONCESTO** | Participantes nados/as dende o ano 2011 ao 2016  
**Pavillón de Calo** martes de 16.00 a 17.00 h



**BILLAR** | Participantes nados/as a no 2012 ou antes  
**Club Billar Teo (Cacheiras)** venres de 16.30 a 17.30 h



**DEFENSA PERSOAL** | Participantes nados/as dende o ano 2005 ao 2009  
**Pavillón de Calo** mércores e venres de 19.00 a 20.00 h.



**HÓCKEI** | Participantes nados/as dende o ano 2006 ao 2018  
**Pavillón Ezequiel Mosquera (A Ramallosa)** mércores de 19.00 a 20.00 h



**JUDO** | Participantes nados/as dende o ano 2010 ao 2018  
**Pavillón de Calo** venres de 16.00 a 17.00 h  
**CJC Os Tilos** xoves de 16.00 a 17.00 h



**KARATE** | Participantes nados/as dende o ano 2010 ao 2018  
**Pavillón de Calo** xoves de 16.00 a 17.00 h  
**CJC Os Tilos** venres de 16.00 a 17.00 h



**HICKBOXING** | Participantes nados/as dende o ano 2007 ao 2017  
**Pavillón de Calo** venres de 17.00 a 18.00 h  
**CJC Os Tilos** martes de 17.00 a 18.00 h



**NATACIÓN** | Participantes nados/as dende o ano 2011 ao 2018  
**Piscina da Ramallosa** luns de 16.15 a 17.00 h  
 martes de 16.15 a 17.00 h  
 mércores de 16.15 a 17.00 h  
 xoves de 16.15 a 17.00 h



**PÁDEL** | Participantes nados/as dende o ano 2007 ao 2012  
**Club Family Os Tilos**  
**Iniciación 1** luns de 16.00 a 17.00 h  
**Iniciación 2** luns de 17.00 a 18.00 h  
**Perfeccionamento** luns de 18.00 a 19.00 h



**PATÍN** | Participantes nados/as dende o ano 2006 ao 2018

**Pavillón dos Tilos**  
**Patín 0** martes e xoves de 16.00 a 17.00 h  
**Patín 1 e 2** martes e xoves de 17.00 a 18.00 h  
**Pavillón de Calo**  
**Patín 0** mércores e venres de 16.00 a 17.00 h  
**Patín 1** mércores e venres de 17.00 a 18.00 h  
**Patín 2** mércores e venres de 18.00 a 19.00 h  
**Pavillón Ezequiel Mosquera (A Ramallosa)**  
**Patín 0** luns e mércores de 16.00 a 17.00 h  
**Patín 1** luns e mércores de 17.00 a 18.00 h  
**Patín 2** luns e mércores de 18.00 a 19.00 h



**RUGBY E FÚTBOL AMERICANO** | Participantes nados/as dende o ano 2005 ao 2017  
**Campo de fútbol**  
**A Cañoteira (Cacheiras)** mércores de 18.30 a 20.00 h



**SHATE** | Participantes nados/as dende o ano 2006 ao 2016  
**Pavillón de Calo** luns de 16.30 a 18.00 h



## TAEKWONDO

**Taekwondo 1** Participantes nados/as dende o ano 2014 ao 2018  
**Pavillón de Calo** luns de 16.00 a 17.00 h  
**Taekwondo 2** Participantes nados/as dende o ano 2007 ao 2013  
**Cross Class Cacheiras** mércores de 16.00 a 17.00 h



**TENIS** | Participantes nados/as dende o ano 2006 ao 2015

**Pavillón dos Tilos**  
**Iniciación** mércores de 16.00 a 17.00 h  
**Avanzado** mércores de 17.00 a 18.00 h  
**Pavillón de Calo**  
**Iniciación** xoves de 16.00 a 17.00 h  
**Perfeccionamento** xoves de 17.00 a 18.00 h



**TIRO CON ARCO** | Participantes nados/as dende o ano 2005 ao 2016  
**Pavillón Ezequiel Mosquera (A Ramallosa)** xoves de 19.00 a 20.30 h



**XADREZ** | Participantes nados/as dende o ano 2010 ao 2017  
**Biblioteca dos Tilos** xoves de 17.00 a 18.00 h

## ACTIVIDADES NA PISCINA MUNICIPAL DA RAMALLOSA

Para as actividades ofertadas na piscina cuberta da Ramallosa (excepto as escolas de nenos/as de natación) debe consultarse a inscrición, os horarios, prezos e demais información na propia instalación (981 803 922)

## INFORMACIÓN XERAL INSCRICIÓN

Para o primeiro período do curso ou os tres períodos do curso completos realizarase do 1 ao 13 de setembro no Rexistro Xeral do Concello e terán preferencia os/as empadroados/as no Concello.

Para o segundo e terceiro período do curso abrirase un período de inscrición no caso de quedar vacantes na primeira quincena de xaneiro e na primeira quincena de marzo respectivamente.

Pódense consultar as listaxes a partir do 15 de setembro en [www.teo.gal](http://www.teo.gal) ou no Departamento de Deportes e nas súas redes sociais. No caso de haber máis solicitudes ca prazas haberá un sorteo público na Casa do Concello (a data do sorteo publicarase coas listaxes o día 15). As listaxes definitivas publicaranse o 29 de setembro.

## NÚMERO DE PRAZAS

Faranse grupos en función dos criterios dos monitores, do número de inscristos e das condicións do espazo.

## PAGAMENTO DE ACTIVIDADES E ESCOLAS DEPORTIVAS

A efectividade da matrícula farase mediante o pago da taxa correspondente entre o 19 e o 26 de setembro. O total do curso anual son 60€. Tamén se poden liquidar en tres pagos de 20€ cada un segundo o período de pago correspondente, pero neste caso é preciso inscribirse novamente, e iniciar un novo procedemento cada trimestre. Previamente enviarase por correo electrónico o documento de pago.

Consultar bonificacións no BOP núm. 195 do 13/10/2011 e no BOP núm. 12 do 20/01/2020. No caso de ter dereito á bonificación é obrigatorio presentar a documentación xustificativa no momento da inscrición.

## DURACIÓN DO CURSO

Do 3 de outubro de 2022 ao 2 de xuño de 2023.

**DURANTE AS VACACIÓNS ESCOLARES NON HABERÁ ACTIVIDADES**

## NOTA IMPORTANTE

- > Naquelas actividades onde haxa diferentes niveis, os/as monitores/as decidirán onde vai cada alumno/a no primeiro día de clase ou mediante proba de nivel que se fixará con antelación.
- > O Concello de Teo poderá realizar as modificacións, tanto nas actividades programadas coma nos horarios e instalacións, que estime oportunas por necesidades de programación do Concello.
- > Cando se teñan que suspender as actividades de forma inmediata comunicarse a través das redes sociais do Concello de Teo.
- > Máis información no Departamento de Deportes e na páxina web [www.teo.gal](http://www.teo.gal)



 881 978 433

 [deportes@teo.gal](mailto:deportes@teo.gal)

 [www.teo.gal](http://www.teo.gal)

 @concellodeteo

 @teo\_concello

 @ConcellodeTeo  
Teo Deporte

# ESCOLAS DEPORTIVAS MUNICIPAIS

