

## ACTIVIDADES PARA ADULTOS

### ZUMBA 40€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal)

Mércores 21.00 a 22.00

URDILDE (Ximnasio do CEIP do Pumar)

Venres de 21.00 a 22.00

### PILATES 60€/CURSO

ROIS (Edificio multiúsos de Rois)

Luns de 21.15 a 22.15 e venres de 21.00 a 22.00

URDILDE (Ximnasio do CEIP do Pumar)

Martes e xoves de 21.00 a 22.00

### XIMNASIA DE MANTENIMENTO +55 40€/CURSO

ERMEDELO (Local social do Codeso)

Luns de 11.00 a 12.00 e mércores de 17.30 a 18.30

ROIS (Edificio multiúsos de Rois)

Martes e xoves de 9.00 a 10.00

RIBASAR (Local veciñal do Sisto)

Martes de 11.15 a 12.15 e xoves de 10 a 11

URDILDE (Polideportivo municipal)

Martes de 10.00 a 11.00 e xoves de 11.15 a 12.15

### PILATES EMBARAZO ACTIVO 10€/MES

EDIFICIO MULTIÚSOS DE ROIS

Pendente horario

### ADESTRAMENTO POSTPARTO 10€/MES

EDIFICIO MULTIÚSOS DE ROIS

Pendente horario

### ACONDICIONAMENTO FÍSICO 40€/CURSO

XIMNASIO MUNICIPAL DOS DICES (ROIS)

Venres de 10.00 a 11.00

### BAILE LATINO 30€/TRIMESTRE

ROIS (Polideportivo municipal)

Xoves de 20.30 a 22.00

URDILDE (Ximnasio municipal) Luns de 20.30 a 22.00

### MARCHA NÓRDICA 40€/CURSO

Grupos en función das inscricións

## ESCOLAS DEPORTIVAS

### FÚTBOL SALA (5 a 16 anos) 50€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal)

Martes e xoves de 17.45 a 18.45

URDILDE (Polideportivo municipal)

Martes e xoves de 16.30 a 17.30

### PATINAXE ARTÍSTICA (4 a 16 anos) 50€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal) Martes de 16.45 a 17.45

URDILDE (Polideportivo municipal) Martes de 15.30 a

16.30

### BÁDMINTON (5 a 16 anos) 50€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal) Mércores de 17.45 a 18.45

URDILDE (Polideportivo municipal) Mércores de 16.30 a

17.30

### JUDO (3 a 16 anos) 70€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal)

Iniciación: martes e xoves de 17.30 a 18.30

Avanzado: martes e xoves de 18.30 a 19.30

URDILDE (Polideportivo municipal)

Martes e xoves de 15.30 a 16.30

### INICIACIÓN MULTIDEPORTIVA 40€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal) Xoves de 16.45 a 17.45

URDILDE (Ximnasio do CEIP) Xoves de 15.30 a 16.30

### XIMNASIA RÍTMICA 50€/CURSO

ROIS (Polideportivo municipal)

URDILDE (Polideportivo municipal)

Pendente de horario

### XADREZ 50€/CURSO

ROIS (Biblioteca pública municipal)

Pendente horario

## CLASES DE TEATRO DO GRUPO MUNICIPAL "VACALOURAS"

30€/TRIMESTRE

GRUPOS DE NENOS/AS E ADULTOS/AS

Luns no auditorio municipal

## ANIMACIÓN Á LECTURA 30€/CURSO

BIBLIOTECA PÚBLICA MUNICIPAL DE ROIS

Mércores de 17.00 a 18.30

AXENCIA DE LECTURA DE URDILDE

Xoves de 16.30 a 17.30

## CONTACONTOS ARRO-ROIS 30€/CURSO

Venres alternos de mes de 17.00 a 18.30

Familias con nenos e nenas de 0 a 3 anos

Biblioteca municipal de Rois

## CLASES DE INGLÉS 30€/MES

Grupos a partir dos 3 anos ata idade adulta.

Mércores e venres pola tarde no edificio multiúsos de Rois (sábados pola mañá para as persoas adultas)

A formación terá 2 vertentes: aprender o idioma e/ou preparar para o Certificado Oficial.

## ESCOLA DE MÚSICA DE ROIS

Guitarra, acordeón, trompeta, saxofón, clarinete, batería, piano, violín, frauta, fagot, óboe, tuba, contrabaixo, trombón... Ademais, a Escola oferta actividades de coro, música e movemento, linguaxe musical, conxunto instrumental...

## DESCONTOS!!!

ACTIVIDADES AERÓBICAS E PILATES: 65€/CURSO

XIMNASIA +55, PILATES E AERÓBIC: 95€/CURSO

EN ESCOLAS DEPORTIVAS:

REDUCIÓN DUN 25% NA MATRÍCULA DA 2ª ESCOLA E SUC.

REDUCIÓN DO 50% NA MATRÍCULA DUN 2º IRMÁN/Á

DESCONTOS POR FAMILIA NUMEROSA, MONOPARENTAL E

RENDA PER CÁPITA (INFÓRMATE!)

O programa é susceptible a cambios.

O Concello resérvase o dereito de suspender algunha actividade se non acada un número mínimo de participantes.

A reserva de prazas, no caso de existir límite, realizarase por rigorosa orde de inscrición.