

PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES SOCIOCULTURAIS

CCM SAGRADA FAMILIA

CONVOCATORIA XANEIRO 2025

INTERXENERACIONAL (A PARTIR DOS 18 ANOS)

ACTIVIDADE	DÍAS	HORARIO	PREZO	DATA INICIO	DATA FIN
EN FORMA BAILANDO	MÉRCORES	19:45 - 20:45	11 €	29/01/2025	28/05/2025
MELLORA A TUA POSTURA E EQUILIBRIO	MÉRCORES	10:00 - 11:00	11 €	29/01/2025	28/05/2025
PILATES INICIACIÓN	LUNS	10:00 - 11:00	11 €	03/02/2025	26/05/2025
ESTIRAMENTOS CORPORAIS	LUNS	19:50 – 20:50	11 €	03/02/2025	26/05/2025

MÁIS DE 65 ANOS

ACTIVIDADE	DÍAS	HORARIO	PREZO	DATA INICIO	DATA FIN
EXERCITA A TUA MEMORIA	MÉRCORES	19:30 – 20:30	11 €	29/01/2025	28/05/2025
USO E MANEXO – MÓBIL ANDROID	LUNS	18:30 – 19:30	11 €	03/02/2025	26/05/2025
XIMNASIA SUAVE	XOVES	10:30 – 11:30	11 €	30/01/2025	29/05/2025