

PERSOAS ADULTAS



XIMNASIA CON RITMO

Pavillón dos Tilos

martes e xoves de 10.00 a 11.00 h (INTENSIDADE BAIXA)
martes e xoves de 11.00 a 12.00 h (INTENSIDADE ALTA)

Pavillón de Calo CJC Os Tilos

luns e mércores de 19.00 a 20.00 h (INTENSIDADE ALTA)
luns e mércores de 20.30 a 21.30 h (INTENSIDADE BAIXA)



DEFENSA PERSOAL

Pavillón de Calo

martes e xoves de 19.00 a 20.00 h



HICKBOXING

Pavillón de Calo

martes de 20.30 a 21.30 h
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 (INTENSIDADE BAIXA)
luns e mércores de 11.00 a 12.00 h (INTENSIDADE ALTA)

Pavillón de Calo

martes e xoves de 19.00 a 20.00 (INTENSIDADE ALTA)
martes e xoves de 20.00 a 21.00 (INTENSIDADE BAIXA)

RAPACES/ZAS



BALONCESTO | Participantes nados/as dende o ano 2012 ao 2017

Pavillón de Calo

martes de 16.00 a 17.00 h



JUDO | Participantes nados/as dende o ano 2011 ao 2019

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 ano 2011 ao 2019

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 2008 ao 2018

Pavillón de Calo

venres de 17.30 a 18.30 h

CJC Os Tilos

martes de 16.00 a 17.00 h



NATACIÓN | Participantes nados/as dende ano 2012 ao 2019

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 2008 ao 2013

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 2007 ao 2019

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



TAEKWONDO

Taekwondo 1

Pavillón de Calo

Participantes nados/as dende o ano 2015 ao 2019
luns de 16.00 a 17.00 h

Taekwondo 2

Pavillón de Calo

Participantes nados/as dende o ano 2008 ao 2014
mércores de 16.00 a 17.00 h



TENIS | Participantes nados/as dende o ano 2007 ao 2016

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

Avanzado

xoves de 17.00 a 18.00 h



TIRO CON ARCO | Participantes nados/as dende o ano 2006 ao 2017

Pavillón Ezequiel Mosquera

(A Ramallosa)

xoves de 19.00 a 20.30 h



XADREZ | Participantes nados/as dende o ano 2011 ao 2015

Biblioteca dos Tilos

xoves de 17.00 a 18.00 h

INFORMACIÓN XERAL INSCRICIÓN

- > Realizarase do 1 ao 13 de setembro por sede electrónica ou no rexistro xeral do concello.
- > As listaxes provisionais saíran publicadas na web www.teo.gal o 15 de setembro.
- > Terán preferencia as persoas participantes empadroadas en Teo.
- > No caso de haber máis solicitudes ca prazas haberá un sorteo público na casa do concello. A data do sorteo sairá coas listas provisionais o día 15 de setembro.
- > As listaxes definitivas publicaranse o 29 de setembro.

PAGAMENTO DE ACTIVIDADES E ESCOLAS DEPORTIVAS

> Cada actividade está programada en tres cursos:

1º curso - de outubro a decembro (20 euros).

2º curso - de xaneiro a marzo (20 euros).

3º curso - de abril a xuño (20 euros).

Pódese facer a inscrición e o pagamento dos tres cursos (60 euros) no mes de setembro ou facer a inscrición e o pagamento de cada curso (20 euros) nas datas correspondentes:

1º curso: do 18 ao 27 de setembro.

2º curso: primeira quincena de decembro.

3º curso: primeira quincena de marzo.

Na ficha de inscrición xa se marca a opción elixida.

Para facer o pago recibírase por correo-e (o que facilitades na ficha de inscrición) o documento e as instrucións de pagamento.

NÚMERO DE PRAZAS

Faranse os grupos en función dos criterios do persoal monitor, do número de persoas inscritas e das condicións do espazo.

Terá que haber un mínimo de participantes, senón a actividade non se levará a cabo.

DURACIÓN DO CURSO

Comenzan o 2 de outubro e rematarán na primeira semana de xuño.

NON HABERÁ ACTIVIDADES DURANTE AS VACACIÓNS ESCOLARES

NOTA IMPORTANTE

- > Hai actividades que necesitan material específico, que o terá que achegar o alumnado. Comentarase no primeiro día de clase. Son: ximnasia, actividades de raqueta, tiro con arco, natación e patín.
- > Naquelas actividades onde haxa diferentes niveis, os/as monitores/as decidirán onde vai cada participante 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 ofertadas coma nos horarios e instalacións, que estime oportunas por necesidades de programación.
- > Cando se teñan que suspender as actividades de forma inmediata comunicárase a través das redes sociais do Concello de Teo.
- > Máis información no Departamento de Deportes do concello.

É OBRIGATORIO TER FEITO O PAGAMENTO PARA PODER INICIAR O CURSO.



CONCELLO DE TEO

☎ 881 978 433

✉ deportes@teo.gal

🌐 www.teo.gal

🐦 [@concellodeteo](https://twitter.com/concellodeteo)

📷 [@teo_concello](https://www.instagram.com/teo_concello)

📘 [@ConcellodeTeoTeoDeporte](https://www.facebook.com/ConcellodeTeoTeoDeporte)

ESCOLAS DEPORTIVAS MUNICIPAIS



2023 / 2024



CONCELLO DE TEO