

# Campus de fútbol

## DEPORCAMPUS

Organiza FUNDACIÓN RC DEPORTIVO, colabora OUTES FC e CONCELLO DE OUTES

- Lugar: Campo Municipal do Conchido
- Días e horarios: do 27 de xuño ao 1 de xullo, de 10:00 a 14:00 horas
- Inscripción ata o 23/06 ás 12:00
- Máis información: <http://deporcampus.rcdeportivo.es/es/outes-2022/inicio>

## CAMPUS DE FÚTBOL "JUAN GÓMEZ BARREIRO"

Organiza OUTES FC, colabora CONCELLO DE OUTES

- Lugar: Campo Municipal do Conchido
- Idade: nados no 2016 e anteriores
- Días e horarios: do 4 ao 15 de xullo, de 10:00 a 13:30 horas
- Prazas limitadas
- Follas de inscrición e máis información nas oficinas do Outes F.C.

# Trofeos "Concello de Outes"

## TROFEO "CONCELLO DE OUTES" DE FÚTBOL

- Lugar: Campo Municipal do Conchido
- Días: 13, 14 e 15 de agosto
- Diversas categorías

## TROFEO "CONCELLO DE OUTES" DE TENIS

- Meses de agosto e setembro
- Diversas categorías


## TROFEO "CONCELLO DE OUTES" DE PIRAGÜISMO


- Día: 25 de xuño

### Máis información:

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

Centro náutico do Freixo

 649 880 015

 [centronautico@outes.gal](mailto:centronautico@outes.gal)

Pavillón Polideportivo da Serra

 981 850 748

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

Piscina Municipal

 981 850 165

# Oferta deportiva dos clubs de outes

## CLUB BALONCESTO OUTES

- Meses de xullo e agosto
- Días e horarios: a determinar en función das idades e número de participantes.
- Idade: a partir de 6 anos. Faranse grupos segundo número de inscristos e idade
- Prezo: segundo cuotas do club
- Información: [clubbaloncestooutes@gmail.com](mailto:clubbaloncestooutes@gmail.com)  
Tif: 636 317 375 / 697 405 654

## CLUB BÁDMINTON OUTES

- Lugar: pavillón da Serra
- Meses de xullo e agosto
- Días e horarios: sábados de 10:00 a 14:00 h
- Idade: a partir de 6 anos. Faranse grupos segundo número de inscristos e idade
- Prezo: segundo cuotas do club
- Información: club Bádminton de Outes

## CLUB ESCOLA DE PIRAGÜISMO DE OUTES

### CAMPAMENTO DE PIRAGÜISMO

- Do 28 de xuño ao 15 de setembro
- Días e horarios: de luns a venres, de 10:00 a 13:00 horas

### CLASES DE PIRAGÜISMO POR NIVEIS E IDADES

- Inscripcións: [escuelapiraguismooutes@gmail.com](mailto:escuelapiraguismooutes@gmail.com)  
Tif: 626 505 633 (Diego)



# CONCELLO DE OUTES



## ACTIVIDADES

## DEPORTIVAS

verán  
2022

en Outes!



# Escolas deportivas

Estas actividades comezarán o 1 de xullo e rematarán o 31 de agosto.  
As inscricións realizaranse no rexistro do Concello.

## TENIS DE MESA

- Lugar: pavillón da Serra
- Idade: a partir dos 6 anos
- Días e horarios: luns e venres de 13:00 a 14:00 horas e mércores de 12:00 a 14:00 horas
- Prezo: 6€/mes

## TENIS

- Lugar: pavillón da Serra
- Idade: a partir dos 6 anos
- Días e horarios: luns e venres de 11:00 a 13:00 horas (Nenos) martes e venres de 20:00 a 22:00 horas (Adultos)
- Prezo: 6 €/mes

## INICIACIÓN A DEPORTES DE RAQUETA

- Lugar: pavillón da Serra
- Idade: a partir dos 6 anos
- Días e horarios: mércores de 11:00 a 12:00 horas e venres de 10:00 a 11:00 horas
- Prezo: 6 €/mes

## ATLETISMO/MULTIDEPORTE

en colaboración co CLUB ATLETISMO OUTES

- Lugar: pavillón da Serra
- Idade: a partir dos 7 anos
- Días: luns e mércores
- Horario: de 10:00 a 11:00 horas, segundo grupos
- Prezo: 6 €/mes

## FÚTBOL

- Lugar: Campo Municipal do Conchido
- Idade: a partir dos 5 anos
- Días: martes e xoves
- Horario: de 11:00 a 13:00 horas, segundo grupos
- Prezo: 6 €/mes

## INICIACIÓN AO TRIATLÓN (bicicleta, carreira e natación)

- Lugar: praia de Broña
- Idade: entre 8 e 12 anos
- Días e horarios: 7 e 8 de xullo, de 10:00 a 14:00 horas
- Máximo 15 prazas

A actividade será de balde, se ben cada participante debe aportar o seu material propio: bicicleta, casco, calzado adecuado para correr e bañador.

Na mochila deben levar auga, froita e unha toalla.

# Centro Náutico Francisco Rama Vázquez "Fufú"

## ALUGUER DE EMBARCACIÓNS

- Horario: de apertura do centro ao público (de martes a sábado de 10:00a 14:00 e de 16:00 a 20:00horas)
- Custo: variable en función do tipo de embarcación e se é alumno/a do centro
- Requisitos: dominar as condicións de navegación existentes. O patrón debe posuír a licenza federativa de escola do ano en curso (16€/ano)

## ALUGUER DE KAIK DE MAR

- Horario: de apertura do centro (de martes a sábado de 10:00a 14:00 e de 16:00 a 20:00horas)
- Custo: individual: 2€/hora - 4€/mediodía - 8€ día completo  
doble: 3€/hora - 5€/mediodía - 10€ día completo
- Requisitos: dominar as condicións de navegación existentes.

## VARADA DE MATERIAL DE WINDSURF E KAIK DE MAR

Os usuarios poden facer uso do almacenamento do seu propio material de navegación, ter seguridade e apoio dunha embarcación pneumática, así como acceso aos vestiarios, duchas e realizar reparacións de mantemento dos seus equipos.

- Custo: 6€/mes
- Requisitos: ter 10 anos cumpridos, saber navegar con seguridade e tramitar a licenza da Escola da Federación Galega de Vela

## CURSOS DE VELA E WINDSURF

Cursos cunha duración de vinte horas distribuídas en cinco saídas. Nivel iniciación-infantil e perfeccionamento xuvenil-adulto

- Días e horario:
  - Nivel iniciación-infantil: de luns a venres de 10:00 a 14:00 horas
  - Nivel perfeccionamento xuvenil-adulto: de martes a sábado de 16:00 a 20:00 horas
- Requisitos: saber nadar con autonomía e ter cumpridos os sete anos para a modalidade de vela lixeira e dez anos no caso de windsurf.
- Custo: 30€ (taxa municipal). Seguro de escola da Federación Galega de Vela (anual) 16€

## PADEXANDO NO MAR DO FREIXO

- Ruta aberta a tódolos participantes en kaiak e piragüa. Saída do centro náutico ata a praia de Broña e volta ao centro náutico
- Día e hora: 9 de xullo ás 10:30 horas
- Prezo: de balde (posibilidade de alugar kaiaks no centro náutico)
- Inscrición: na piscina municipal (recepción), no centro náutico ou no correo electrónico [centronautico@outes.gal](mailto:centronautico@outes.gal)

## PADEXANDO POLA COSTA

- Ruta aberta a tódolos participantes en kaiak e piragüa. Saída do centro náutico ata Pontenafonso, breve descanso e volta ao centro náutico
- Día e hora: 30 de xullo ás 11:30 horas
- Prezo: de balde (posibilidade de alugar kaiaks no centro náutico)
- Inscrición: na piscina municipal (recepción), no centro náutico ou no correo electrónico [centronautico@outes.gal](mailto:centronautico@outes.gal)

# Prazas en movemento

Estas actividades realizaranse nos meses de xullo e agosto. O custo é de 10 €/mes por actividade para as persoas adultas e 5€/mes por actividade para a rapazada. As persoas aboadas e usuarias destas actividades na Piscina Municipal non pagan os 10€. Deben confirmar a asistencia á actividade na recepción da Piscina Municipal.

## ZUMBA PARA ADULTOS

- Lugar: Praza de Galicia (en caso de choiva, no pavillón da Serra)
- Días e horarios: martes ás 21:30 horas
- Monitor: Luis

## ZUMBA PARA NENOS (de 5 a 12 anos)

- Lugar: Praza de Galicia (en caso de choiva, no pavillón do Cruceiro)
- Días e horarios: luns ás 11:00 horas
- Monitor: Luis

## PILATES

- Lugar: Praza do Bosque (en caso de choiva, no pavillón do Cruceiro)
- Días e horarios: - grupo de mañá: martes ás 10:00 horas  
- grupo da tarde: mércores ás 20:30 horas
- Monitora: María

## FULL BODY

- Lugar: Praza do Bosque (en caso de choiva, no pavillón do Cruceiro)
- Días e horarios: mércores ás 21:30 horas
- Monitora: María

## BODY JUMP PARA ADULTOS (a partir de 13 anos)

- Lugar: Praza de Galicia (en caso de choiva, no pavillón da Serra)
- Días e horarios: xoves ás 21:30 horas
- Monitora: Irriana

## BODY JUMP PARA NENOS (de 5 a 12 anos)

- Lugar: Praza de Galicia (en caso de choiva, no pavillón da Serra)
- Días e horarios: xoves ás 21:00 horas
- Monitora: Irriana