

# ACTIVIDADES

outono - inverno  
2024/2025

cultura  
deportes  
centros sociais



Concello  
de Outes

# APP OUTES INFORMA

A información municipal na túa man



Novas e información sobre servizos municipais e anuncios



Comunicanos en tempo real incidencias ou propostas



Coñece de primeira man a axenda de eventos do concello



Coñece o comercio local e moito máis

Descárgaa xa

Dende a nosa páxina



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

ou dende



## ESCOLAS E OBRADOIROS\*

### MANUALIDADES

Actividade en grupos nos centros sociais de Ponte Nafonso, Valadares, San Cosme e A Serra.

Un día á semana. Máximo 10 prazas por centro.

**Comezo:** 1ª semana de outubro.

**Prezo:** 10 €/mes (pago trimestral).

### ESCOLA DE MÚSICA DO CONCELLO DE OUTES

**Modalidades:** Música e movemento (de 4 a 7 anos), linguaxe musical, frauta, óboe, clarinete, saxofón, trompeta, fliscorno, trompa, trombón, bombardino, tuba, percusión, guitarra e piano.

Prazas limitadas sengundo aforo.

**Lugar:** Escola de música municipal do Concello de Outes.

**Día:** de luns a venres, nos horarios a convir co alumnado.

**Comezo:** 7 de outubro.

**Prezo:** 20 €/mes por modalidade.

Para máis información, escribir ao enderezo electrónico [escolamusicאותes@gmail.com](mailto:escolamusicאותes@gmail.com)

### ESCOLA DE MÚSICA E BAILE TRADICIONAL

Impartiranse clases gaita, acordeón, requinta, frauta, frautín, , ocarina e asubío, zanfona, percusión tradicional, pandeireta e canto galego e máis baile tradicional.

Prazas limitadas sengundo aforo.

**Lugar:** Colexio do Cruceiro de Roo.

**Día:** venres a partir das 16:30 h (segundo grupos).

**Comezo:** 4 de outubro.

**Prezo:** 10 €/mes por cada instrumento (pago trimestral).

### OBRADOIRO DE ELABORACIÓN DE SANCOSMEIROS

**Lugar:** Centro Social da Serra de Outes.

**Día:** sábado de 11:00 h a 13:00 h.

**Comezo** o 11 de xaneiro e remate o 1 de marzo.

**Prezo:** 8 €/mes (24 €/curso).

Máximo 15 prazas.

*\*A inscrición en todas estas actividades farase na sede electrónica ou no rexistro da casa do concello.*

## CONTACONTOS

Lugar: Biblioteca Pública Municipal "Nicolasa Añón"  
(Casa da Cultura).

Día: martes de 17:30 h a 18:30 h.

Idade: dos 3 anos (escolarizados) aos 10 anos.

Comezo: 1 de outubro.

## CONTACONTOS DO PROGRAMA "LER CONTA MOITO"

AITANA E A AVOA, E OUTROS CONTOS VIOLETAS

Contacontos: Soraya Lema.

Día: 1 de outubro.

CONTOS ANIMADOS

Contacontos: Carballiños.

Día: 8 de outubro.

E A TI... QUE CHE CONTABAN?

Contacontos: Vero Rilo.

Día: 15 de outubro.

O SON DAS PALABRAS

Contacontos: Narci Rodríguez.

Día: 22 de outubro.

## ANDAINAS DE OUTONO

COÑECE O NOSO PATRIMONIO

Roteiros para coñecer o patrimonio de Outes.

PASEO MAR E MONTE EN SAN COSME

Día: 8 de setembro.

DE SAN TIRSO Á CATEDRAL DA ELECTRICIDADE

Día: 22 de setembro.

VISITA ÁS CAPELAS E CASTRO DE SANTO OURENTE

Día: 6 de outubro.

A SANTA LUCÍA POR ENTÍNS

Día: 20 de outubro.

As inscricións son obrigatorias e ábrense o luns previo a cada andaina.

Máis información na páxina web do Concello ou na Casa da Cultura.

## OFICINA DE INFORMACIÓN XUVENIL

- Servizo de información, orientación e asesoramento á mocidade.
- Asesoramento e orientación de estudos.
- Tramitación de bolsas.

## OUTONO TEATRAL

21/09/2024 | 21:00 horas

### LA CASA DE LOS DEDOS

Ruth Garreta  
Para maiores de 14 anos  
Prezo: 6 €

28/09/2024 | 20:00 horas

### MONSTROS

Producións Excéntricas  
Público familiar (maiores de 4 anos)  
Prezo: 4 €

05/10/2024 | 19:00 horas

### CRISÁLIDA

Caramuxo Teatro  
Público familiar (maiores de 5 anos)  
Prezo: 5 €

12/10/2024 | 20:00 horas

### O DRAGÓN DE OURO

Sarabela Teatro  
Para maiores de 14 anos  
Prezo: 6 €

18/10/2024  
Dous pases: 12:30 e 18:00 h

### KL'AA TU CANCIÓN

Inspira Teatre (ASSITEJ)  
Público infantil (de 0 a 5 anos)  
Prezo: gratuito

26/10/2024 | 20:00 horas

### ÚLTIMO VERÁN EN SANTA CRISTINA

Teatro do Noroeste  
Para maiores de 14 anos  
Prezo: 4 €

28/10/2024 | 12:30 horas

### TÁ

Escena Miriñaque (AUDACES)  
Público infantil (de 2 a 6 anos)  
Prezo: gratuito

02/11/2024 | 20:00 horas

### AS ALUMNAS

Culturactiva Producións  
Para maiores de 14 anos  
Prezo: 5 €

09/11/2024 | 20:00 horas

### UNHA INIMIGA DO POBO

Talía Teatro  
Para maiores de 14 anos  
Prezo: 7 €

15/11/2024  
Dous pases: 12:30 e 20:30 h

### LATAS

D'Click (ASSITEJ)  
Público familiar (maiores de 6 anos)  
Prezo: gratuito

23/11/2024 | 20:00 horas

### VOCES EN FEMININO OUTES CONTRA A VIOLENCIA DE XÉNERO

Para todos os públicos  
Prezo: gratuito

30/11/2024 | 18:00 horas

### REDONDO

Caramuxo Teatro  
Público infantil (de 6 meses a 4 anos)  
Prezo: 3 €

07/12/2024 | 20:00 horas

### ISOLADA

Pajarito  
Público familiar (maiores de 9 anos)  
Prezo: 4 €

13/12/2024  
Dous pases: 12:30 e 20:30 h

### LA MAESTRA

Anita Maravillas (ASSITEJ)  
Público familiar (maiores de 6 anos)  
Prezo: gratuito

21/12/2024 | 20:00 horas

### ROCK & MAGIC

Mago Teto  
Para maiores de 8 anos  
Prezo: 5 €

10/01/2025 | 12:30 horas

### UN TRAJE NUEVO PARA EL EMPERADOR

La Pera Limonera (AUDACES)  
Público infantil (maiores de 5 anos)  
Prezo: gratuito

18/01/2025 | 19:00 horas

### O MUNDO MÁXICO DE PINOCHO

EducaTeatro Producións  
Público familiar (maiores de 3 anos)  
Prezo: 5 €

25/01/2025 | 19:00 horas

### O ESPANTALLO

Asociación O Xeito  
Público familiar (maiores de 4 anos)  
Prezo: gratuito

07/02/2025 | 12:30 horas

### HAMELÍN

Xip Xap (AUDADES)  
Para maiores de 6 anos  
Prezo: gratuito

28/02/2025 | 12:30 horas

### STRAWBERRY FRAPPUCCINO

Iván Andrade (AUDADES)  
Para maiores de 12 anos  
Prezo: gratuito



## ESCOLAS DEPORTIVAS\*

### DEPORTES DE RAQUETA

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: martes de 16:00 a 17:00 horas.

Prezo: 10 €/mes.

### TENIS

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: martes e xoves de 19:30 a 21:30 horas.

Prezo: 10 €/mes.

### TENIS DE MESA

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: martes e xoves de 17:00 a 18:30 horas.

Prezo: 10 €/mes.

### FÚTBOL SALA

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: mércores de 16:00 a 17:00 horas e  
venres de 17:00 a 18:00 horas.

Prezo: 10 €/mes.

\*Estas actividades darán comezo en outubro e as inscricións faranse na sede electrónica ou no rexistro do Concello. A folia de inscrición pode obterse no pavillón ou descargarse na páxina web do Concello: [www.outes.gal](http://www.outes.gal).

## CENTRO NÁUTICO

### ALUGAMENTO DE EMBARCACIÓNS

Requisitos: saber navegar e ter a licenza federativa en vigor.

Custo: según embarcación. Consultar.

### ALUGAMENTO DE KAIK DE MAR

Requisitos: saber navegar.

Custo: variable según kaiak. Consultar.

### VARADA DE MATERIAL

As persoas usuarias poden facer uso do almacenamento do seu material de navegación e ter seguridade e apoio dunha embarcación pneumática, así como acceso aos vestiarios e duchas. Igualmente poderán realizar reparacións de mantemento dos seus equipos.

Requisitos: ter 10 anos cumpridos, saber navegar e ter a licenza da escola da Federación Galega de Vela en vigor.

Custo: consultar.

## COMPLEXO DEPORTIVO DA PISCINA MUNICIPAL

### CURSOS DE SALA

**PILATES** | Luns e mércores ás 10:00 horas  
| Luns e mércores ás 10:45 horas  
| Luns e mércores ás 19:00 horas  
| Martes e xoves ás 20:00 horas  
| Martes e xoves ás 20:45 horas

**IOGA** | Grupo 1: Luns ás 20:00 horas  
| Grupo 2: Martes ás 9:30 horas (iniciación)  
| Grupo 3: Martes ás 10:30 horas (nivel medio)  
| Grupo 4: Xoves ás 21:00 horas  
| Grupo 5: Venres ás 10:00 horas

**ZUMBA** | Grupo 1: Martes ás 21:30 horas  
| Grupo 2: Xoves ás 21:30 horas

**GAP** | Grupo 1: Martes ás 19:30 horas  
| Grupo 2: Xoves ás 19:30 horas

**STEP** | Luns ás 20:00 horas  
| Mércores ás 20:00 horas

**FULL BODY** | Mércores ás 21:00 horas

### CURSOS DE NATACIÓN

**BEBÉS I** | Sábado ás 09:45 horas

**RAPAZADA** | Iniciación: de luns a xoves ás 17:15 horas  
| Luns e mércores ás 18:15 horas  
| Sábado ás 10:15 e as 11:00 horas

Medio: Luns e mércores ás 19:00 horas  
| Martes e xoves ás 18:15 horas  
| Sábado ás 11:00 horas

Avanzado: Martes e xoves ás 19:00 horas  
| Sábado ás 12:00 horas

**ADULTOS** | Iniciación: Luns e mércores ás 20:00 horas  
| Avanzado: Luns e mércores ás 21:00 horas

**3ª IDADE** | Martes e xoves ás 9:00 horas

**AQUAGYM** | Martes e xoves ás 10:30 horas

*Máis información na piscina municipal (teléfono: 981 850 165)*

## HORAS DE ALUGAMENTO DE PAVILLÓN

Poderanse reservar horas nas instalacións deportivas do pavillón da Serra sempre e cando non haxa ningunha actividade programada.

A reserva deberá facerse, como mínimo, con 24 horas de antelación e o pago farase por adiantado. O horario non excederá nunca das 23:00 horas (hora de peche do pavillón). No caso de anulación, avisar antes das 15:00 horas do mesmo día. No caso de avisar máis tarde, cobrarase igual a hora e perderase o dereito a reservar para o día seguinte.

Reservas no teléfono: 981 850 748.

**ESCOLAS DEPORTIVAS CONCERTADAS****ATLETISMO**

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: luns, xoves e sábados. Horario a consultar.

Inscripcións: Club Atletismo Outes.

**BÁDMINTON**

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: mércores, venres e sábados, segundo idades.

Inscripcións: AD Xogando.

**PIRAGÜISMO E TRÍATLON**

Lugar: Instalacións de Pontenafonso e Piscina Municipal.

Día: de luns a venres, segundo categorías.

Inscripcións: EPT Outes.

**BALONCESTO**

Lugar: pavillón polideportivo da Serra.

Día: de martes a sábados, segundo idades.

Horarios a consultar.

Inscripcións: Club de Baloncesto Outes.

**FÚTBOL**

Lugar: Campo municipal do Conchido.

Día: de luns a sábado, segundo idades.

Inscripcións: Outes Fútbol Club.

**FUTBOLÍN**

Lugar: pavillón polideportivo de Roo.

Día: de luns a venres. Horario a consultar.

Inscripcións: CF A Riola.



## TALLERES CUADRIMESTRAIS\*

### CENTRO SOCIAL - A SERRA

#### BAILOTERAPIA DE MAÑÁ (Luis)

Día: luns ás 10:30 h. Comezo o 30 de setembro.

Lugar: pavillón do Conchido.

Prezo: 20 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE IOGA TERAPÉUTICO

Día: luns ás 16:30 h. Comezo o 30 de setembro.

Prezo: 30 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE MEMORIA

Día: martes ás 10:00 h. Comezo o 1 de outubro.

Prezo: gratuíto.

#### TALLER DE CESTERÍA

Día: martes ás 16:00 h. Comezo o 1 de outubro.

Prezo: 24 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE COIRO

Día: martes ás 18:00 h. Comezo o 1 de outubro.

Prezo: 24 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE XIMNASIA TERAPÉUTICA

Día: mércores. Grupo 1 ás 17:00 h e grupo 2 ás 18:45 h.

Comezo o 2 de outubro.

Prezo: 30 €/cuadrimestre

#### TALLER DE GANCHO (CROCHET)

Día: xoves. Grupo 1 ás 15:30 h e grupo 2 ás 17:30 h.

Comezo o 3 de outubro.

Prezo: 24 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE VAINICAS E BORDADO

Día: venres ás 16:00 h. Comezo o 4 de outubro.

Prezo: 24 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE BAILOTERAPIA (Manolo)

Día: venres. Grupo 1 ás 18:30 h e grupo 2 ás 19:30 h.

Comezo o 4 de outubro.

Prezo: 20 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE CORTE E CONFECCIÓN

Día: de luns a venres, de 16:00 a 20:00 h.

Comezo o 30 de setembro.

Lugar: aula de corte

Prezo: 50 €/cuadrimestre

### COLEXIO DO CRUCEIRO DE ROO

#### TALLER DE IOGA TERAPÉUTICO

Día: luns ás 18:00 h. Comezo o 30 de setembro.

Prezo: 30 €/cuadrimestre.

### CENTRO SOCIOCULTURAL DE PONTENAFONSO

#### TALLER DE PILATES TERAPÉUTICO (Luis)

Día: mércores ás 17:45 h. Comezo o 2 de outubro.

Prezo: 20 €/cuadrimestre.

#### TALLER DE BAILOTERAPIA (Luis)

Día: venres ás 17:00 h. Comezo o 4 de outubro.

Prezo: 20 €/cuadrimestre.

## CENTRO SOCIOCULTURAL DE CANDÓ

### TALLER DE MEMORIA

Día: luns ás 15:30 h. Comezo o 30 de setembro.  
Prezo: gratuito.

### TALLER DE PILATES TERAPÉUTICO (Luis)

Día: luns ás 17:00 h. Comezo o 30 de setembro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

### TALLER DE BAILOTERAPIA (Luis)

Día: mércores ás 16:30 h. Comezo o 2 de outubro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

## CENTRO SOCIOCULTURAL DA VILA DO MONTE

### TALLER DE MEMORIA

Día: martes ás 15:30 h. Comezo o 1 de outubro.  
Prezo: gratuito.

### TALLER DE PILATES TERAPÉUTICO (Luis)

Día: martes ás 17:00 h. Comezo o 1 de outubro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

### TALLER DE BAILOTERAPIA (Luis)

Día: xoves ás 17:00 h. Comezo o 3 de outubro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

## CENTRO SOCIOCULTURAL DE SAN COSME

### TALLER DE BAILOTERAPIA (Luis)

Día: mércores ás 19:00 h. Comezo o 2 de outubro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

## CENTRO SOCIOCULTURAL DE SAN LOURENZO

### TALLER DE MEMORIA

Día: martes ás 18:00 h. Comezo o 1 de outubro.  
Prezo: gratuito.

### TALLER DE PILATES TERAPÉUTICO (Luis)

Día: luns ás 19:00 h. Comezo o 30 de setembro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

### TALLER DE BAILOTERAPIA (Manolo)

Día: venres ás 17:15 h. Comezo o 4 de outubro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

## CENTRO NÁUTICO DO FREIXO

### TALLER DE PILATES XIMNASIA DE MANTEMENTO (María)

Día: luns ás 11:30 h. Comezo o 30 de setembro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

### TALLER DE PILATES TERAPÉUTICO (María)

Día: mércores ás 11:30 h. Comezo o 2 de outubro.  
Prezo: 20 €/cuadrimestre.

## AULA SOSTIBLE DO FREIXO

### TALLER DE MEMORIA

Día: mércores ás 10:00 h. Comezo o 2 de outubro.  
Prezo: gratuito.

*\*Programación suxeita a variacións segundo a formación e capacidade dos grupos. Máis información e inscricións no Centro Social de Outes a partir do 12 de setembro.  
Teléfono de información: 981 850 575.*

## Máis información:


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

 [www.facebook.com/concellodeoutes](https://www.facebook.com/concellodeoutes)

 [www.instagram.com/concello\\_outes](https://www.instagram.com/concello_outes)

### Casa do Concello


 981 850 003

 981 842 400

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


### Casa da Cultura

 981 850 950


 981 842 406

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


 [www.facebook.com/outesculturaemocidade](https://www.facebook.com/outesculturaemocidade)

 [www.instagram.com/outesculturaemocidade](https://www.instagram.com/outesculturaemocidade)

### Centro Social


 981 850 575

### 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



**Concello  
de Outes**