

Centro Náutico Francisco Rama Vázquez "Fufú"

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

Oferta deportiva dos clubs de outes

CLUB BALONCESTO OUTES

- Lugar: pavillóns da Serra (martes e xoves) e do Cruceiro de Roo (sábados)
- Meses de xullo e agosto
- Días e horarios: - martes e xoves de 10:00 a 14:00 h
- sábados de 10:00 a 14:00 h
- Idade: a partir de 6 anos. Faranse grupos segundo número de inscritos e idade
- Prezo: segundo cuotas do club
- Información: clubbaloncestooutes@gmail.com
Tlf: 636 317 375 / 697 405 654

Máis información:

- 🌐 www.outes.gal
- 📘 www.facebook.com/concellodeoutes

Centro náutico do Freixo

- ☎ 649 880 015
- ✉ centronautico@outes.gal

Pavillón Polideportivo da Serra

- ☎ 981 850 748
- ✉ deportes@outes.gal

Piscina Municipal

- ☎ 981 850 165



Concello de Outes

Concello de Outes

verán
2021

actividades deportivas

Escolas deportivas

Estas actividades comezarán o 1 de xullo e rematarán o 31 de agosto, agás piragüismo que será de xullo a setembro. As inscricións realizaranse no pavillón, dentro do horario da actividade, ou na Casa da Cultura.

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) e mércores 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 Cunchido
- Idade: a partir dos 5 anos
- Días: martes e xoves
- Horario: de 11:00 a 13:00 horas, segundo grupos
- Prezo: 6 €/mes

PIRAGÜISMO

- Lugar: club de piragüismo TAXAMAR, en Pontenafonso
- Idade: a partir dos 7 anos
- Días: de luns a sábado
- Horario: de 9:00 a 14:00 horas
- Prezo: 6 €/mes + licenza federativa

Prazas en movemento

Estas actividades comezarán o 1 de xullo e rematarán o 31 de agosto e o custo é de 10 €/mes por actividade, agás "zumba rapazada" que será 5€/mes. As inscricións realizaranse no pavillón ou na Casa da Cultura.

ZUMBA

- Adultos | • Lugar: Praza de Galicia (en caso de choiva, pavillón da Serra)
- Días e horarios: martes ás 21:30 horas
- Rapazada | • Lugar: Praza do Bosque (en caso de choiva, pavillón do Cruceiro)
- Días e horarios: luns ás 11:00 horas
- Monitor: Luis

PILATES

- Lugar: Praza do Bosque (en caso de choiva, pavillón do Cruceiro)
- Días e horarios: martes ás 10:00 horas
- Monitora: María

FULL BODY

- Lugar: Praza do Bosque (en caso de choiva, pavillón do Cruceiro)
- Días e horarios: mércores ás 21:30 horas
- Monitora: María

BODY JUMP

- Lugar: Praza de Galicia (en caso de choiva, pavillón da Serra)
- Días e horarios: xoves ás 21:30 horas
- Monitora: Iriana

Campus de fútbol

en colaboración co OUTES F. C.

- Lugar: Campo Municipal do Cunchido
- Idade: nados no 2015 e anteriores
- Días: primeira quincena de xullo
- Prazas limitadas
- Follas de inscrición e máis información nas oficinas do Outes F.C

Trofeos "Concello de Outes"

DE FÚTBOL

- Mes de agosto
- Diversas categorías
- Datas a determinar

DE TENIS

- Meses de agosto e setembro
- Diversas categorías
- Datas a determinar

Paleando no mar do Freixo

- Ruta aberta a tódolos participantes en kaiak e piragüa.
- Saída e chegada: Centro Náutico Francisco Rama Vázquez "Fufú"
- Días e horario: - sábado 31 de xullo ás 11:00 horas
- sábado 14 de agosto ás 16:00 horas
- Prezo: de balde
- Inscrición: na piscina municipal (recepción), no centro náutico ou no correo electrónico centronautico@outes.gal
- Posibilidade de alugar kaiaks no Centro Náutico Francisco Rama Vázquez "Fufú"

Centro Náutico Francisco Rama Vázquez "Fufú"

CURSOS DE INICIACIÓN E PERFECCIONAMENTO DE VELA E WINDSURF

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

- Días e horario: meses de xullo e agosto
 - 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
- 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€

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.