



## NORMATIVA

### NORMAS DE PROTECCION ANTE A COVID-19 NOS PROGRAMAS DEPORTIVOS E CULTURALS

- Máxima puntualidade á hora de entrada.
- Antes de entrar ao espazo asinado: control de acceso con rexistro de entrada, dispensadores de xel hidroalcolóxico, uso obrigatorio de mascarillas.
- Será obrigatorio levar o material propio e non se pode compartir.
- Nas actividades deportivas que se necesite o uso de esterilla (pilates, ioga, ximnasia de mantemento, ...), cada usuario/a deberá levar a súa propia esterilla de uso individual.
- Con carácter xeral, non se compartirá ningún material e, se iso non fose posible, garantirase a presenza de elementos de hixiene para o seu uso continuado.
- As bolsas, mochilas e efectos pessoais só se poderán deixar nos espazos habilitados para esa fin.
- Non estará permitido o uso de vestiarios
- Deberá absterse de acceder a actividade si se presenta calquera sintomatoloxía (fos, febre, dificultade ao respirar, etc..) que puidera estar asociado coa COVID-19.
- O Concello de Cabana de Bergantiños levará a cabo tódolas actividades, sempre que a normativa vixente polas autoridades competentes o permita.
- En todo momento manteranse os protocolos necesarios (afors permitidos, distancia de seguridade, mascarilla e hixiene de mans con xeles hidroalcolóxicos...)
- Tódolas actividades e horarios estarán suxeitos ás medidas restrictivas pola COVID-19 polo que en calquera momento poderán haber variacións.



## PROGRAMA DE ACTIVIDADES SOCIAIS NAS PARROQUIAS

Concello de Cabana de Bergantiños 2021-2022

COMEZO DAS ACTIVIDADES

A partir do Mércores 13 de outubro de 2021

INSCRICIÓN PRESENCIAL

A partir do Luns 4 ao 8 de outubro de 2021

LUGAR: Oficinas Municipais

HORARIO: 10:00 a 14:00 h.



## GRUPOS E HORARIOS NAS PARROQUIAS

GRUPO	LUGAR	DÍA	HORARIO	ACTIVIDADE	GRUPO	LUGAR	DÍA	HORARIO	ACTIVIDADE
ANOS	Local Social de Anos	LUNS	17:30 - 18:30	Ximnasia Mantemento	CUNDÍNS	Local Social de Cundíns	LUNS	17:00 - 18:30	Obradoiro de Memoria
		MÉRCORES	17:00 - 18:30	Obradoiro de Memoria			MARTES	17:30 - 18:30	Ximnasia Mantemento
		XOVES	17:30 - 18:30	Pilates			MÉRCORES	19:00 - 20:00	Pilates
BORNEIRO	Local Social de Borneiro	LUNS	20:30 - 21:30	Ximnasia Mantemento	NANTÓN	Centro de Recursos Íntegro	LUNS	19:00 - 20:30	Obradoiro de Memoria
		MARTES	20:00 - 21:30	Obradoiro de Memoria			MARTES	19:00 - 20:00	Ximnasia Mantemento
		MÉRCORES	20:30 - 21:30	Pilates			XOVES	19:00 - 20:00	Pilates
CESULLAS	Centro de maiores	LUNS e MÉRCORES	19:45 - 20:45	Ximnasia Mantemento	RIOBÓ	Local Social de Riobó	LUNS	19:00 - 20:00	Ximnasia Mantemento
		MARTES e VENRES	9:30 - 10:30	IOGA			MARTES	17:30 - 19:00	Obradoiro de Memoria
			10:30 - 11:30				MÉRCORES	17:30 - 18:30	Pilates
			11:30 - 12:30		XOVES	17:00 - 18:30	Obradoiro de Memoria		
CORCOESTO	Local Social de Corcoesto	MARTES	20:30 - 21:30	Ximnasia Mantemento					
		MÉRCORES	19:00 - 20:30	Obradoiro de Memoria					
		XOVES	20:30 - 21:30	Pilates					

ACTIVIDADES DE IOGA E PILATES A PARTIR DE 18 ANOS.  
O RESTO DAS ACTIVIDADES A PARTIR DE 55 ANOS  
Para calquera tipo de información chamar ao teléfono 981 754020.

*Concello de Cabana de Bergantiños*  
*Curso 2021 - 2022*