



CONCELLO
DA LARACHA

ACTIVIDADES **CULTURAIS E** *Deportivas*

— 2026 - 2027 —



INFORMACIÓN DE INTERESE

INSCRICIÓN

As prazas outorgaranse por rigorosa orde de inscrición. Os prazos serán os seguintes:

- **Inscrición actividades infantís e xuvenís: A partir do 16 de setembro. Ás 09:00 h.**
- **Inscrición actividades público adulto: A partir do 23 de setembro. Ás 09:00 h.**

Poderán inscribirse os empadroados/as no concello da Laracha. No caso de quedar prazas libres ao inicio da actividade, poderá inscribirse o alumnado dos CEIPs do municipio que non estea empadroados. Neste caso deberán facer a inscrición sen abonar o importe (quedando na lista de agarda) e esperar a que o Concello lles comunique se hai prazas dispoñibles para facer o pago da actividade días antes do inicio da mesma.

Nas actividades dirixidas a adultos poderán inscribirse persoas maiores de 15 anos (nados/as no 2011 e anteriores).

Unha vez formalizada a inscrición non se fará a devolución nin cambio de actividade, agás no caso de que dita actividade non se leve a cabo ou teña que sufrir algunha modificación horaria.

As INSCRICIÓNS poderán realizarse:

- **Na Casa da Cultura, de luns a venres de 9:00 a 14:00 horas. Pago presencial mediante tarxeta ou transferencia bancaria.**
- **En liña na web alaracha.gal/actividades.**

(A aplicación foi renovada e actualizada, polo que todos/as os/as usuarios/as deben facer un novo rexistro)

COTA DE INSCRICIÓN

- Prezo para maiores de 18 anos e menores de 65 anos: **40 €.**
- Prezo para menores de 18 anos e maiores de 65 anos: **20 €.**

Estes prezos reduciranse á metade (sen que se poidan aplicar simultaneamente ambas reducións):

- **Familias numerosas.**
- **Unidades familiares con todos os seus membros en situación de desemprego.** Para acceder a esta bonificación deberá presentarse o documento xustificativo expedido pola oficina de emprego de todas as persoas menores de idade que non sexan pensionistas. Deberá xustificarse a unidade familiar coa presentación do libro de familia, sentenza de divorcio, etc.



INFORMACIÓN DE INTERESE

ASISTENCIA

Faltas:

- Soamente se admitirán **4 faltas inxustificadas** ás actividades que sexan **dunha clase semanal** e **8 faltas inxustificadas** ás actividades con **dúas clases semanais**. No caso de incumprimento, o/a participante quedará excluído/a da actividade, pasando ao listado de agarda e sen a posibilidade da devolución do importe da inscrición.

Xustificación das faltas:

- Considéranse faltas xustificadas cando se presente documento acreditativo da imposibilidade da asistencia ao curso por causas de saúde ou laborais (soamente se aceptará xustificante médico ou do traballo). **A documentación xustificativa debe achegarse presencialmente no Concello (departamento de Cultura), por correo electrónico (cultura@alaracha.gal) ou mediante WhatsApp ao teléfono 659948937 indicando o nome do/a participante e a actividade.**

- **Debe ser o propio participante quen facilite a documentación xustificativa das faltas de asistencia durante o mes en curso.**

- O Concello non realizará chamadas de aviso nin de petición de informes. Transcorridos 15 días desde que o participante alcance o máximo de faltas permitidas sen achegar os documentos de xustificación, perderá automaticamente a praza e, de ser o caso, pasará á seguinte persoa do listado de agarda.

Non é xustificable faltar a unha actividade do programa por asistir a outra actividade do programa que coincide no mesmo día e horario.

O Concello resérvase o dereito de expulsión das actividades daqueles participantes, adultos ou nenos, con comportamentos inadecuados ou irrespectuosos cara os monitores ou outros participantes.

MATERIAL

A compra do material necesario para a realización de cada actividade corre a cargo do participante.



INFORMACIÓN DE INTERESE

COMPROMISOS

As persoas que participen nas actividades comprométense a asistir con regularidade ás clases. Se te apuntas nunha actividade na que non tes previsto volver, comunícao ao Concello para que outra persoa da lista de agarda poda asistir.

A inscrición supón a aceptación das condicións descritas nas bases do programa de actividades culturais e deportivas 2026/2027, dispoñible na paxina web do Concello (alaracha.gal).

Non haberá actividades:

- **Días festivos** (8 de decembro, 8 e 9 de febreiro, 19, 25 e 26 de marzo, 1 e 17 de maio)
- **Vacacións de Nadal:** do 22 de decembro de 2026 ao 7 de xaneiro de 2027.
- As actividades que se levan a cabo no baixo da Biblioteca Municipal suspéndense os días 12, 13, 14 e 18 de maio pola montaxe das exposicións das actividades culturais.

Ademas dos anteriores, non haberá actividades que se levan a cabo nos centros de ensino municipais (CEIP Otero Pedrayo, CEIP Alfredo Brañas e CEIP de Caión) os seguintes días:

- Do luns 8 ata o mércores 10 de febreiro de 2027 (**vacacións de Entroido**).
- Do luns 22 ata o luns 29 de marzo (**vacacións de Semana Santa**)

As actividades culturais (labores de tecido, encaixe de palillos, macramé, artesanía en coiro, manualidades, restauración, cerámica e teatro) rematan coa exposición das mesmas.



CONCELLO
DA LARACHA

ACTIVIDADES INFANTÍS

(nados a partir de 2015)



FÚTBOL SALA

Duración: outubro – maio

Lugar: Pavillón do CEIP Otero Pedrayo

• **1ª quenda:** nad@s entre 2018 e 2020

Horario: Martes de 16:00-17:00 h. **Inicio:** 13 de outubro

• **2ª quenda:** Nad@s entre 2015 e 2017

Horario: Venres 16:00-17:00 h. **Inicio:** 16 outubro



IOGA INFANTIL

Duración: outubro – maio

Lugar: CEIP Otero Pedrayo

• **1ª quenda:** nad@s entre 2019 e 2022

Horario: Venres 16:00-17:00 h **Inicio:** 16 de outubro

• **2ª quenda** (nad@s entre 2015 e 2018).

Horario: Martes 16:00-17:00 h **Inicio:** 13 de outubro



INFORMÁTICA

Duración: novembro – maio

Idade: nad@s entre 2016 e 2020

Lugar: A Laracha (Edificio Interxeracional)

Horario: venres 18:00-19:30 h

Inicio: 6 novembro



ACTIVIDADES INFANTÍS

(nados a partir de 2015)



MANUALIDADES E DEBUXO

Duración: outubro – maio

Lugar: Vilaño - Centro Sociocultural da Areosa (antiga escola unitaria)

• **1ª quenda:** nad@s entre 2018 e 2022.

Horario: Mércores 16:00-17:30 h

Inicio: 14 de outubro

• **2ª quenda:** a partir de 9 anos (nados en 2017 e anteriores)

Horario: Mércores 17:30-19:00 h

Inicio: 14 de outubro

Lugar: Paiosaco, Centro Sociocultural das Rañeiras

Idade: a partir de 4 anos (nad@s en 2022 e anteriores)

Horario: venres 16:15-17:45 h

Inicio: 16 outubro

Lugar: Caión, Centro Social (antiga reitoral)

Idade: a partir de 4 anos (nad@s en 2022 e anteriores)

Horario: martes 18:30-20:00 h

Inicio: 20 outubro



PÁDEL

Duración: marzo – maio

Lugar: Pistas de pádel municipais

Idade: nad@s entre 2015 e 2020

Horario: sábado 10:00-11:00 h

Inicio: 6 marzo

ACTIVIDADES INFANTÍS

(nados a partir de 2015)



PATINAXE

Duración: outubro – maio

Idade: a partir de 4 anos (nad@s en 2022 e anteriores)

Lugar: A Laracha, pavillón do CEIP Otero Pedrayo

• **1ª quenda (iniciación)**

Horario: Martes 17:00-18:00 h

Inicio: 13 outubro

• **2ª quenda (perfeccionamento)**

Horario: Martes 18:00-19:00 h

Inicio: 13 outubro

Lugar: Caión, pavillón de Xermaña

Horario: Venres 17:30-19:00 h

Inicio: 16 outubro



PEQUECOCIÑA (obradoiro de cociña infantil)

Duración: xaneiro – abril

Idade: maiores de 6 anos (nad@s en 2020 e anteriores)

Lugar: Lendo, centro sociocultural

Horario: luns 17:00-19:00 h

Inicio: 11 xaneiro



ACTIVIDADES INFANTÍS

(nados a partir de 2015)



ROBÓTICA E GAMING

Duración: novembro - maio

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional

• **1ª quenda:** nad@s entre 2018 e 2020

Horario: Mércores 17:30-18:30 h

• **2ª quenda:** nad@s entre 2015 e 2017

Horario: Mércores 18:30-19:30 h

Inicio: 4 de novembro.



TEATRO

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, Casa da Cultura

Idade: nad@s entre 2015 e 2020

Horario: luns 17:00-18:30 h

Inicio: 19 de outubro

ACTIVIDADES INFANTÍS

(nados a partir de 2015)



TIRO CON ARCO

Duración: xaneiro – maio

Lugar: A Laracha, pavillón IES Agra de Leborís

Idade: a partir de 8 anos (nad@s en 2018 e anteriores)

Horario: sábado 11:30-13:00 h

Inicio: 16 de xaneiro



XADREZ

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, CEIP Otero Pedrayo

Idade: nad@s entre 2015 e 2020

Horario: mércores 16:00-17:00 h

Inicio: 14 de outubro



XIMNASIA RÍTMICA

Duración: outubro - maio

Lugar: A Laracha, CEIP Otero Pedrayo

Idade: nad@s entre 2015 e 2020

• **1ª quenda** xoves 16:00-17:00 h

• **2ª quenda** xoves 17:00-18:00 h

Inicio: 15 de outubro



ACTIVIDADES INFANTÍS

(nados a partir de 2015)



ZUMBEA KIDS

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, CEIP Otero Pedrayo

• **1ª quenda:** anos de nacemento entre 2021 e 2023.

Horario: Luns 16:00-17:00 h

Inicio: 19 outubro

• **2ª quenda:** anos de nacemento entre 2015 e 2020.

Horario: Venres 16:00-17:00 h

Inicio: 16 outubro

• **3ª quenda:** anos de nacemento entre 2015 e 2020.

Horario: Venres 17:00-18:00 h

Inicio: 16 outubro

Lugar: Paiosaco, pavillón CEIP Alfredo Brañas

Idade: a partir de 3 anos (nad@s en 2023 e anteriores)

Horario: xoves 16:00-17:00 h

Inicio: 15 outubro

Lugar: Caión, ximnasio do CEIP de Caión

Idade: a partir de 3 anos (nad@s en 2023 e anteriores)

Horario: martes 16:00-17:00 h

Inicio: 13 outubro

ACTIVIDADES XUVENÍS

(nados entre 2008 e 2014)



CERÁMICA

Duración: novembro – maio

Lugar: Cabovilaño, Centro Sociocultural

Horario: luns 19:00-20:30 h

Inicio: 2 de novembro



FUNCIONAL TEENS (cardio, forza, coordinación e mobilidade)

Duración: outubro – maio

Lugar: baixo da Biblioteca Municipal

Horario: mércores 18:30-19:30 h

Inicio: 14 de outubro



PÁDEL

Duración: marzo – maio

Lugar: pistas de pádel municipais

Horario: sábados 11:00-12:00 h

Inicio: 6 de marzo



ACTIVIDADES XUVENÍS

(nados entre 2008 e 2014)



TEATRO

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, Casa da Cultura

Horario: luns 18:30-20:00 h

Inicio: 19 de outubro



TIRO CON ARCO

Duración: xaneiro – maio

Lugar: A Laracha, pavillón do IES Agra de Leborís

Horario: sábado 11:30-13:00 h

Inicio: 16 de xaneiro



LABORATORIO INNOVACIÓN XUVENIL

**Creación de proxectos, desnvlovemento de ideas
e emprender utilizando a tecnoloxía como ferramenta**

**(impresión e deseño 3D, intelixencia artificial,
corte láser, creación de contido, electrónica, cricut)**

Duración: novembro – maio

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional

Horario: xoves 17:45-19:15 h

Inicio: 5 de novembro

ACTIVIDADES XUVENÍS

(nados entre 2008 e 2014)



VOLEIBOL

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, pavillón Municipal

Horario: mércores 16:00-17:00 h

Inicio: 21 de outubro



XADREZ

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, CEIP Otero Pedrayo

Horario: mércores 16:00-17:00 h

Inicio: 14 de outubro



CONCELLO
DA LARACHA

ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



ADESTRAMENTO FUNCIONAL

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, baixo da biblioteca Municipal

- **1ª quenda:** martes e venres 10:30-11:30 h. **Inicio:** 20 de outubro
- **2ª quenda:** luns e xoves 18:30-19:30 h. **Inicio:** 19 de outubro
- **3ª quenda:** luns e xoves 20:30-21:30 h. **Inicio:** 19 de outubro



ARTESANÍA EN COIRO

Duración: marzo – maio

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional

Horario: xoves 18:00-20:00 h

Inicio: 4 de marzo



ARTE FLORAL

Duración: marzo – maio

Lugar: Lendo, Centro Sociocultural

Horario: mércores 20:30-22:30 h

Inicio: 3 de marzo

Lugar: Coiro, Centro Sociocultural do Rapadoiro

Horario: luns 20:30-22:30 h

Inicio: 1 de marzo



ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



BAILES LATINOS

Duración: outubro – maio

Lugar: Paiosaco, Centro Sociocultural

- **1ª quenda (iniciación):** xoves 20:00-21:00 h.
- **2ª quenda (intermedio):** xoves 21:00-22:00 h.

Inicio: 15 de outubro



CERÁMICA

Data: novembro – maio

Lugar: Cabovilaño, Centro Sociocultural

Horario: Luns 19:00-20.30 h

Inicio: 2 de novembro



COCIÓN

Duración: marzo – maio

Lugar: Lendo, Centro Sociocultural

Horario: martes 20:00-21:30 h

Inicio: 2 de marzo

ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



ENCAIXE DE PALILLOS

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional

Horario: mércores 17:30-20:30 h

Inicio: 14 de outubro

Lugar: Caión, Centro Social, (antiga reitoral)

Horario: xoves 17:30-20:30 h

Inicio: 15 de outubro



INFORMÁTICA

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional

Curso: Iniciación á informática

Duración: novembro – xaneiro

Inicio: 3 de novembro

Horario: martes e venres 19:30-21:00 h

Curso: Iniciación a Internet

Duración: febreiro – maio

Inicio: 2 de febreiro

Horario: martes 19:30-21:00 h

Curso: Paquete Office (Word, Access, Excel e PowerPoint)

Duración: febreiro – maio

Inicio: 5 de febreiro

Horario: venres 19:30-21:00 h



ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



IOGA

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, baixo da Biblioteca Municipal

• **1ª quenda:** martes 19:00-20:00 h

• **2ª quenda:** martes 20:00-21:00 h

Inicio: 13 de outubro



LABORES DE TECIDO (calceta, punto de cruz...)

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional

Horario: venres 16:00-18:00 h

Inicio: 16 de outubro

Lugar: Paiosaco, Centro Sociocultural

Horario: venres 18:15-20:15 h

Inicio: 16 outubro

Lugar: Caión, Centro Social, antiga Reitoral

Horario: luns 17:30-19:30 h

Inicio: 19 outubro

ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



MACRAMÉ

Duración: outubro-maio

Lugar: A Laracha, Edificio Interxeracional **Horario:** martes 18:30-20:30 h

Inicio: 13 de outubro

Lugar: Paiosaco, Centro Sociocultural **Horario:** mércores 16:00-18:00 h

Inicio: 14 de outubro

Lugar: Caión, Centro Social, (antiga reitoral) **Horario:** mércores 18:30-20:30 h

Inicio: 14 de outubro

MANUALIDADES E PINTURA AO ÓLEO

Duración: outubro – maio

Lugar: Vilaño - Centro Sociocultural da Areosa (antiga escola unitaria)

Horario: mércores 19:00-21:00 h

Inicio: 14 de outubro

PÁDEL

Duración: marzo – maio

Lugar: A Laracha, pistas de pádel municipais

• 1ª quenda (iniciación): sábado 12:00-13:00 h

• 2ª quenda (avanzado): sábado 13:00-14:00 h

Inicio: 6 de marzo



ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



PILATES

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, baixo da biblioteca municipal

- 1ª **quenda:** venres 18:00-19:00 h

- 2ª **quenda:** venres 19:00-20:00 h

- 3ª **quenda:** venres 20:00-21:00 h

Inicio: 16 de outubro



RESTAURACIÓN E TAPIZARÍA

Duración: outubro – maio

Lugar: Soutullo, Centro Sociocultural

- 1º **quenda:** xoves 16:00-19:00 h

- 2º **quenda:** xoves 19:00-22:00 h

Inicio: 15 de outubro



TEATRO

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, Casa da Cultura

Horario: luns 18:30-20:00 h

Inicio: 19 de outubro

ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



TIRO CON ARCO

Duración: xaneiro – maio

Lugar: A Laracha, pavillón IES Agra de Leborís

Horario: sábado 11:30-13:00 h

Inicio: 16 de xaneiro



XIMNASIA DE MANTEMENTO

Duración: outubro – maio

Lugar: A Laracha, baixo da biblioteca municipal

- **1ª quenda:** luns e mércores 10:30-11:30 h **Inicio:** 19 de outubro
- **2ª quenda:** luns e xoves 17:30-18:30 h **Inicio:** 19 de outubro
- **3ª quenda:** luns e xoves 19:30-20:30 h **Inicio:** 19 de outubro

Lugar: Paiosaco, Centro Sociocultural

Horario: martes 16:15-17:15 h e xoves 19:00-20:00 h

Inicio: 20 de outubro

Lugar: Caión, CEIP de Caión

Horario: luns e mércores 17:30-18:30 h

Inicio: 19 de outubro

Lugar: Cabovilaño

Horario: luns e xoves 16:00-17:00 h

Inicio: 19 de outubro



ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



Lugar: Soandres, escola da Fraga

Horario: martes e venres 18:15-19:15 h

Inicio: 20 de outubro

Lugar: Golmar

Horario: luns e mércores 19:00-20:00 h

Inicio: 19 de outubro

Lugar: Montemaior, Escola de Cumiáns

Horario: martes e venres 19:45-20:45 h

Inicio: 20 de outubro

Lugar: Vilaño, Pavillón CEIP Otero Pedrayo

Horario: luns e xoves 20:30-21:30 h

Inicio: 19 de outubro

Lugar: Erboedo

Horario: mércores e venres 17:00-18:00 h

Inicio: 21 de outubro

Lugar: Coiro

Horario: martes e xoves 17:30-18:30 h

Inicio: 20 de outubro

Lugar: Soutullo

Horario: martes e venres 17:00-18:00 h

Inicio: 20 de outubro

Lugar: Lemaio

Horario: luns e mércores 16:00-17:00 h

Inicio: 19 de outubro

Lugar: Lendo

Horario: martes 19:00 – 20:00 h e venres 18:30 – 19:30 h

Inicio: 20 de outubro



ACTIVIDADES DIRIXIDAS A PERSOAS ADULTAS



ZUMBEA

Data: outubro – maio

Lugar: A Laracha, baixo da biblioteca municipal

Inicio: 14 de outubro

Horario: mércores 20:00-21:00 h

Lugar: Paiosaco, Centro Sociocultural

Inicio: 15 de outubro

Horario: xoves 18:00-19:00 h

Lugar: Caion, CEIP Caión

Inicio: 13 de outubro

Horario: martes 17:00-18:00 h



CONCELLO
DA LARACHA



CONCELLO
DA LARACHA

ACTIVIDADES
CULTURAIS E
Deportivas

— 2026 - 2027 —

