

Área Sanitaria de A Coruña e Cee

Sábado 03 de agosto

Zas a pé

Descrición: andaina de balde polas carballeiras do concello, de dificultade baixa e cunha distancia duns 12 quilómetros.

Hora da actividade: 09:30 horas.

Lugar da actividade: saída dende a Praza do Concello de Zas.

Poboación á que vai dirixida: dirixida a toda a poboación.

Inscricións: nos teléfonos 981751 398 ou 981718056.

Contas de vidro

Descrición: obradoiro para aprender a facer contas de vidro, dentro do ciclo de actividades "Vimianzo. Artesanía Viva".

Hora da actividade: 11:00 horas.

Lugar da actividade: Castelo de Vimianzo.

Poboación á que vai dirixida: persoas adultas e menores a partir de 8 anos acompañados.

Inscricións: www.vimianzo.gal/turismo

Mércores 07 de agosto

Aventura a cabalo

Descrición: saídas a cabalo polo val de Barrañán cunha actividade de deporte e aventura. A actividade está organizada polo Concello de Arteixo para a xuventude.

Hora da actividade: de 10:30 a 13:30 horas.

Lugar da actividade: praia de Barrañán, Arteixo.

Poboación á que vai dirixida: poboación de 12 a 26 anos (preferencia persoas empadroadas no Concello de Arteixo).

Inscricións: www.arteixeiro.org

Venres 09 de agosto

Ioga na praia

Descrición: actividade de ioga impartida por Tania Lema e organizada polo Concello de Malpica.

Hora da actividade: de 10:00 a 11:00 horas.

Lugar da actividade: Praia de Area Maior (a altura da caseta dos socorristas).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: sen inscrición previa. De balde.

Área Sanitaria de A Coruña e Cee

Sábado 10 de agosto

VIII Corretroita

Descrición: carreira popular cunha distancia máxima de 8 quilómetros e organizada polo Concello de Sobrado dos Monxes.

Hora da actividade: 19:00 horas.

Lugar da actividade: a saída e chegada da proba farase diante do Mosteiro de Sobrado.

Poboación á que vai dirixida: poboación a partir dos 7 anos.

Inscricións: a inscrición de todas as categorías, con data límite o martes 06 de agosto a 23:59 horas, realizarase a través do enlace [VIII Corretroita Popular Concello de Sobrado - Carreiras Galegas](#)

Domingo 11 de agosto

XVIII Travesía a nado na Praia de Perbes: "Memorial Miguel Santos"

Descrición: travesía a nado na Praia de Perbes, no municipio de Miño. As distancias a percorrer van dende os 25 metros ata os 1.500 metros, en función das idades dos participantes.

Hora da actividade: de 12:00 as 14:00 horas.

Lugar da actividade: Praia de Perbes.

Poboación á que vai dirixida: poboación dende os 5 anos.

Inscricións: clubmaritimoperbes@gmail.com

Venres 16 de agosto

Ioga na praia

Descrición: actividade de ioga impartida por Tania Lema e organizada polo Concello de Malpica.

Hora da actividade: de 10:00 a 11:00 horas.

Lugar da actividade: Praia de Area Maior (a altura da caseta dos socorristas).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: sen inscrición previa. De balde.

Sábado 17 de agosto

Tecendo o liño

Descrición: obradoiro para aprender a tecer o liño, dentro do ciclo de actividades "Vimianzo. Artesanía Viva".

Hora da actividade: 11:00 horas

Lugar da actividade: Castelo de Vimianzo.

Poboación á que vai dirixida: persoas adultas e menores a partir de 8 anos acompañados.

Inscricións: www.vimianzo.gal/turismo

Área Sanitaria de A Coruña e Cee

Sábado 17 de agosto

Camiñando de Carballo a Razo

Descrición: andaina con actividades lúdicas para promover e dar a coñecer a nova senda peonil entre Carballo e a Praia de Razo.

Hora da actividade: de 10:30 a 13:30 horas.

Lugar da actividade: punto de encontro no aparcamento do campo de fútbol - Polígono de Bértoa.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral (menores acompañados/autorizados).

Inscricións: no correo electrónico: balonmanxiria@gmail.com ou nos teléfonos: 609560955 - 609562376.

Quebracabezas no museo

Descrición: actividade dinámica a través de xogos clásicos grupais para descubrir as pezas e os lugares máis simbólicos que esconde o Castelo de San Antón.

Hora da actividade: 12:00 horas.

Lugar da actividade: Museo Arqueolóxico e histórico Castelo de San Antón, A Coruña.

Poboación á que vai dirixida: Infancia (6- 12 anos).

Inscricións: inscrición previa por orde de chamada no teléfono 981189850 (de martes a sábado entre as 10:00 e as 20:00 horas).

Trail Nocturno Cova do Lobo

Descrición: proba non competitiva con saída e chegada no pobo de Zas, composta por: trail, pequetrail e andaina nocturna. A proba pasará polo Monte Castro, Monte Rial e o Pico Meda, sendo o ascenso ao pico de Meda (punto máis alto a comarca de Soneira) a zona máis espectacular.

Hora da actividade: 22:00 horas.

Lugar da actividade: praza do Concello de Zas.

Poboación á que vai dirixida: poboación dende os 5 anos (no caso dos menores de idade deberán entregar unha autorización firmada polos pais).

Inscricións: www.empa-t.com

Área Sanitaria de A Coruña e Cee

Sábado 24 de agosto

Arte en palla

Descrición: obradoiro para aprender a trenzar en palla, dentro do ciclo de actividades "Vimianzo. Artesanía Viva".

Hora da actividade: 11:00 horas.

Lugar da actividade: Castelo de Vimianzo.

Poboación á que vai dirixida: persoas adultas e menores a partir de 8 anos acompañados.

Inscripcións: www.vimianzo.gal/turismo

Sábado 31 de agosto

Iniciación á fotografía de natureza en Baldaio

Descrición: iniciativa enfocada en dar a coñecer o noso litoral galego e iniciarse na fotografía.

Hora da actividade: de 10:30 a 13:30 horas.

Lugar da actividade: aparcamento da praia de Baldaio.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral (menores de idade acompañados).

Inscripcións: inscripcion@gnhabitat.org