

Área Sanitaria de Lugo A Mariña e Monforte de Lemos

Dende o 01 ao 29 de agosto

Programa de Actividades Físicas para maiores, apostando polo Envellecemento Activo

Descrición: iniciativa que busca aproveitar as prazas e parques da cidade como punto de encontro para a práctica deportiva de actividades físicas, ao tempo que se fomenta a socialización das persoas maiores.

Hora da actividade: de 18:00 a 19:30 horas.

Lugar da actividade:

- Luns e mércores: prazas e parques do Castiñeiro, Viana do Castelo, Carballeira de Fingoi e Trapero Pardo.
- Martes e xoves: prazas da Milagrosa, da Igrexa e das Illas, ademais da zona de Abella.

Poboación á que vai dirixida: persoas maiores.

Inscricións: non precisa de inscrición previa

Dende o 01 ao 31 de agosto

Paseos en Barca polo río Cabe 2024

Descrición: paseos en barca no Río Cabe co obxectivo da recuperación do río e a súa contorna como elemento patrimonial e actividade dinamizadora entre a poboación.

Hora da actividade:

- Luns a venres de 18:00 a 22:00 horas.
- Sábado, domingo e festivos de 11:00 a 14:00 horas e de 18:00 a 22:00 horas.

Lugar da actividade: embarcadoiro do Parque dos Condes. Concello de Monforte de Lemos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: o prezo por viaxe de media hora é de 3,25€.

Sábado 03 de agosto

Carreira Popular Run Foz Run

Descrición: quinta carreira do circuíto DUACODE – RUN FOZ RUN. O colectivo La Run Foz Run, o Club Atletismo Ría de Foz e o Concello de Foz, xunto ca empresa Duacore, promoven este circuíto anual composto por catro carreiras populares co obxectivo de promover un estilo de vida saudable e fomentar a práctica deportiva.

Hora da actividade: 10:00 horas as categorías de menores e a proba absoluta.

Lugar da actividade: saída e meta na Zona de "Porto Chico", Foz.

Poboación á que vai dirixida: todo tipo de poboación e idade que busquen gozar dunha xornada de deporte e diversión.

Inscricións: [7k Run Foz Run](#) | [Run Foz Run](#)

Área Sanitaria de Lugo A Mariña e Monforte de Lemos

Domingo 04 de agosto

Carreira Popular Benquerencia Terra Mar

Descrición: X Edición da Carreira Popular Benquerencia Terra Mar no Concello de Barreiros pertencente ao circuíto Tour Mariña.

Hora da actividade:

- 11:00 horas: Pitufos (2019 e anteriores).
- 11:05 horas: Sub 8 (2017-2018).
- 11:10 horas: Sub 10 (2015-2016).
- 11:20 horas: Sub 12 (2013-2014).
- 11:30 horas: Sub 14 (2011-2012).
- 11:40 horas: Sub 16 (2010-2010).
- 12:00 horas: Proba absoluta (2008 e anteriores).

Lugar da actividade: saída e meta San Pedro de Benquerencia, Barreiros, Lugo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral e deportistas que busquen unha proba diferente, xa que durante o percorrido os atletas deberán pasar por un tramo de area da Praia de Fontela.

Inscricións: [mais KMS Barreiros.](#)

Sábado 10 de agosto

Carreira Popular Os Vilares

Descrición: con motivo da celebración da Romaría Labrega da Chaira no lugar de Os Vilares, no Concello de Guitiriz, celébrase a XXXII Edición da Carreira Popular Os Vilares.

Hora da actividade:

- 12:30 horas: Proba absoluta (2008 e anteriores).
- 13:15 horas: Probas infantís.

Lugar da actividade: saída e a meta na Carballeira de O Cancelo en Os Vilares, Guitiriz.

Poboación á que vai dirixida: deportistas populares e poboación en xeral que busquen combinar a tradición dunha romaría coas súasafeccións como é o atletismo. Trátase dun percorrido curto e singular.

Inscricións: [XXXII CARREIRA POPULAR DE OS VILARES \(GUITIRIZ\) \(Guitiriz\) - Champion Chip Norte \(ccnorte.com\).](#)

Carrera Popular Villa de Meira

Descrición: o Concello de Meira organiza a V Edición da Carreira Popular Vila de Meira e a II Edición Andaina Mercedes García "Merche".

Hora da actividade:

- 18:00 horas: Probas infantís.
- 19:00 horas: Andaina.
- 19:15 horas: Proba absoluta.

Lugar da actividade: saída e meta na Praza do Concello de Meira.

Poboación á que vai dirixida: nesta proba poderá participar calquera atleta independentemente do nivel. As distancias están adaptadas para todas as idades.

Inscricións: [V CARREIRA POPULAR VILA DE MEIRA \(Meira\) - Champion Chip Norte \(ccnorte.com\).](#)

Área Sanitaria de Lugo A Mariña e Monforte de Lemos

Sábado 17 agosto

Carreira Nocturna Rinlo - Ribadeo

Descrición: o Club Atletismo Ribadeo organiza a VI Edición da Carreira Nocturna Rinlo Ribadeo. A carreira absoluta terá un percorrido duns 9 quilómetros. aproximadamente. A saída terá lugar no Porto da Vila de Rinlo e discorrerá pola estrada entorno á costa, ata a Vila de Ribadeo, pasando antes pola Illa Pancha, Cargadoiro e entrará na vila pola Avenida Calvo Sotelo, Rúa Rodríguez Murias e Vilafranca do Bierzo, rematando diante da Casa do Concello.

Hora da actividade:

- 20:00 horas: Categorias de menores.
- 21:45 horas: Proba absoluta.

Lugar da actividade: a saída terá lugar no Porto da vila de Rinlo e a meta diante da Casa do Concello.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral e deportistas populares que busquen gozar dunha carreira nocturna, xa que as noites do verán préstanse para este tipo de probas.

Inscricións: [VI CARREIRA NOCTURNA RINLO-RIBADEO - ABSOLUTA \(2008 e anteriores\) - Champion Chip Norte \(ccnorte.com\)](#)