



Cedeira

Sábado 2 e 23

De Ruta Verán 2025 Cedeira: Río Condomiñas

Descrición: ruta de distancia aproximada de 8 km, dificultade baixa, desnivel de 200 m e unha duración aproximada de 4 horas. Suxeita a posibles cambios debido á meteoroloxía, podendo variar tanto os trazados como as datas das mesmas.

Organizado por: Concello de Cedeira.

Hora da actividade: 10:00 horas.

Lugar da actividade: saída Parque dos Patos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscripcións: Portal Norte a través do teléfono
648 87 77 80

Luns 4 e 25

De Ruta Verán 2025 Cedeira: Ruta dos Peiraos dende Candieira

Descrición: ruta de distancia aproximada de 7 km, dificultade media/alta, desnivel de 600 m e unha duración aproximada de 4 horas. Suxeita a posibles cambios debido á meteoroloxía, podendo variar tanto os trazados como as datas das mesmas.

Organizado por: Concello de Cedeira.

Hora da actividade: 10:00 horas.

Lugar da actividade: saída dende Purrido.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: Portal Norte a través do teléfono
648 87 77 80

Mércores 6 e 27

De Ruta Verán 2025 Cedeira: Circulas A Capelada

Descrición: ruta de distancia aproximada de 9 km, dificultade Baixa, e unha duración aproximada de 4 horas. Suxeita a posibles cambios debido á meteoroloxía, podendo variar tanto os trazados como as datas das mesmas.

Organizado por: Concello de Cedeira.

Hora da actividade: 10:00 horas.

Lugar da actividade: saída dende o Almacén da Capelada.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.
Inscripcións: Portal Norte a través do teléfono
648 87 77 80



Cedeira

Luns 18

De Ruta Verán 2025 Cedeira: Altos de Santo André

Descrición: ruta de distancia aproximada de 7,5 km, dificultade baixa/media, desnivel de 600 m e unha duración aproximada de 4 horas. Suxeita a posibles cambios debido á meteoroloxía, podendo variar tanto os trazados como as datas das mesmas.

Organizado por: Concello de Cedeira.

Hora da actividade: ás 19:00 horas.

Lugar da actividade: saída Mirador dos Carrís.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: Portal Norte a través do teléfono
648 87 77 80

Moeche

Sábado 9

Entre lusco e fusco

Descrición: ruta nocturna de nivel baixo-medio e con tramos de desnivel, de 8km na que é preciso levar lanterna, chaleco reflector, roupa e calzado cómodo e que pertence ao Programa de Camiñadas.

Organizado por: Concello de Moeche.

Hora: de 21:30 ata aproximadamente 23:30 horas.

Lugar: Parroquia de Abade. Moeche.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral, os menores deberán ir a acompañados dun adulto.

Inscricións: ata o mesmo día nas oficinas do Departamento de Deportes (de 8:30 a 14:00 horas), ou enviar un correo:
daniel.feijoo@moeche.gal

Todo o Mes

Natación e Aquagym

Descrición: curso de natación en verán para maiores 4 anos. Tendo en conta os niveis de aprendizaxe.

Organizado por: Concello de Moeche.

Hora: infantil iniciación: mércores e venres, de 12.30 a 13.15h. Infantil perfeccionamento: mércores e venres de 11.30 a 12.30h Aquagym para adultos: luns e xoves de 12.00 a 13.00h.

Lugar: Piscina Municipal de Moeche.

Poboación á que vai dirixida: de 4 anos adiante.

Inscricións: Rexistro Xeral, na Casa do Concello, de luns a venres, de 08.30 a 14.00 h , ou ben na sede electrónica.



Moeche

Luns todo o mes

Tenis

Descrición: clases de tenis nas pistas de Abade para os menores de 16 anos. Horarios: todos os luns de 11:00 a 13:00 (dous grupos de unha hora segundo o nivel).

Organizado por: Concello de Moeche.

Hora: luns de 11:00 a 13:00 (dous grupos de unha hora segundo o nivel).

Lugar: Pistas de Tenis en Trieiro (Abade).

Poboación á que vai dirixida: menores de 16 anos.

Inscricións: Rexistro Xeral, na Casa do Concello, de luns a venres, de 08.30 a 14.00 h, ou ben na sede electrónica.

Martes e Xoves de todo o mes

Ximnasia ao aire libre

Descrición: ximnasia ao aire libre nas inmediacións da Casa do Concello, mantemento, pilates, e utilización dos aparellos do parque biosaudable.

Organizado por: Concello de Moeche.

Hora: martes e xoves de 10:30 ás 11:30 horas

Lugar: Parque biosaudable (Casa do Concello) Moeche.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 50 anos.

Inscricións: Rexistro Xeral, na Casa do Concello, de luns a venres, de 08.30 a 14.00 h, ou ben na sede electrónica.

Narón

Sábado 9

Gulliver Fest 2025: V Carreira de Orientación

Descrición: xornada de orientación dentro das actividades programadas durante o Festival Gullivert Fest. A carreira en formato Rogaining con dous percorridos: Iniciación e Ultrascoré Rogaining. Apto para toda a familia e tamén para principiantes na modalidade de iniciación.

Organizado por: Concello de Narón, Gulliver Fest, Furgo Galicia, Camper Cover, worknature.

Hora da actividade: de 9:00 a 12:30 horas.

Lugar da actividade: Área Natural Muiño de Pedroso- Camping Río Xuvia. Narón.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: [inscricións](#)



Narón

Venres 8, Sábado 9 e Domingo 10

Gulliver Fest 2025: Ioga

Descrición: actividade que se realiza todas as mañás no entorno da área recreativa de Pedroso. Importante levar o material: toalla, roupa cómoda, e se se ten, cinto de ioga.

Organizado por: Concello de Narón, Gulliver Fest, Furgo Galicia, Camper Cover, worknature e Estudo Ioga Mandala.

Hora da actividade: de 9:00 a 10:00 horas.

Lugar da actividade: punto de encontro Escenario CamperCover. Área Recreativa de Pedroso. Narón.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral, menores acompañados.

Inscricións: non precisa.

Sábado 16

Jazz de ría: Clases de Baile Lindy hop

Descrición: a escola viguesa Swing On, realizará unha aula aberta de lindy hop. Non importa se nunca bailaches ou se xa tes algún paso aprendido.

Organizado por: Luneda Producións.

Hora: 13:00 horas.

Lugar: Praza do Concello de Xuvia.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non se precisa.

Obradoiro de podcast colaborativo con ÁBRETE DE ORELLAS

Descrición: durante toda a tarde, o director de Ábrete de Orelas, guiará esta actividade de participación libre para quen queira experimentar coa comunicación e a crónica musical. Ensínase a gravar, a entrevistar e a construír un relato colectivo que recolla a esencia do festival, e que despois se editará como un podcast especial do Jazz de Ría.

Organizado por: Luneda Producións.

Hora: 17:00 horas.

Lugar: Parque Freixeiro. Narón.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non se precisa.





Neda

Martes, Xoves e Venres de todo o Mes

Mañás Activas

Descrición: actividades en función da idade e dos coñecementos en canto a natación. Tamén se realizarán circuítos de habilidade e xogos cooperativos.

Organizado por: Concello de Neda.

Hora da actividade: depende do grupo, pola mañá martes, xoves e venres.

Lugar da actividade: Piscina Municipal de Neda.

Poboación á que vai dirixida: rapazada de 4 a 13 anos.

Inscricións: horario habitual da piscina (luns a venres, de 15.30 a 20.30 horas e, sábados e domingos, de 12 a 20.30 horas). Mais información:

correo@neda.gal ou 981 38 00 39

Venres 8 e 22

Tempo de Encontros

Descrición: actividades lúdicas para favorecer encontros interxeracionais dos veciños do municipio. Esta iniciativa municipal explora as posibilidades do xogo ao aire libre para xuntar á veciñanza, brindando unha escusa para reunirse, contribuíndo a acabar con situacións de soidade non desexadas.

Organizado por: Concello de Neda.

Hora da actividade: de 19:00 ás 21:00 horas.

Lugar da actividade: Casa das Palmeiras e arredores.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non precisa.

Ortigueira

De Luns 8 ao Venres 22

Campamento dixital

Descrición: curso presencial de nivel medio para entender os principais riscos aos que se enfrontan os menores no uso que fan das TIC.

Organizado por: CEMIT.

Hora da actividade: de 10:00 ás 13:00 horas.

Lugar da actividade: Aula Cemit, antigo Centro de Saúde rúa Márquez Cortiñas s/n. Ortigueira.

Poboación á que vai dirixida: rapazada de 9 a 13 anos.

Inscricións: [inscrición](#)



Valdoviño

Martes 19

Balcóns ao Atlántico. Jazz de Ría

Descrición: ruta a pé dende a Praia de Pantín ata a Praia do Baleo, con intervencións do escritor Xurxo Souto. A ruta non é circular. A volta a pé pola pista é de aproximadamente 15 minutos. Polas características do camiño, non está recomendado para persoas con mobilidade reducida. Tampouco para carriños de bebé, mellor portear.

Organizado por: Luneda Producións.

Hora da actividade: 19:00-20:00 horas

Lugar da actividade: saída da Caseta de socorrismo de Pantín.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non precisa.

