



A Fonsagrada

Domingo 27

Baile para maiores

Descrición: actividade de balde que promove o benestar xa que ademais de manter as persoas activas fomenta a socialización.

Organizado por: Concello da Fonsagrada.

Hora: de 17:00 horas a 18:30 horas.

Lugar: Comedor da Escola Fogar.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non é preciso.

Baralla

Domingo 03, 10 e 17

Viaxe ás praias de Galicia Verán 2025

Descrición: viaxes de verán para coñecer as praias de Galicia.

Organizado por: Concello de Baralla e colabora a Asociación "Os Malugreiros".

Hora: saídas ás 09:00 horas.

Lugar: saída da Praza Maior de Baralla.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: recoller na Oficina de Información Xuvenil previo pago de 6€ o billete de autobús, os xoves e venres anteriores á saída, en horario de 17:00 horas a 21 horas.

Barreiros

Sábado 09

Carreira Popular Benquerencia Terra Mar

Descrición: Edición 11ª desta carreira popular. Conta con carreira infantil e carreira absoluta.

Organizado por: Concello de Barreiros e Asociación Deportiva Augas Santas.

Hora: ás 11:00 horas.

Lugar: San Pedro de Benquerencia, Barreiros, Lugo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: [Benquerencia Terra Mar](#)



Begonte

Todos os domingos

Viaxe ás praias de Galicia Verán 2025

Descrición: viaxes de verán para coñecer as praias de Galicia.

Organizado por: Concello de Begonte.

Hora: saída ás 10:00 horas.

Lugar: saída en fronte a ABanca.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: é preciso anotarse a semana anterior a cada viaxe nas oficinas do Concello de Begonte. Tamén é preciso aboar 5€ por viaxe e estar empadroadado no Concello.

Burela

Todos os venres

Paseos Saudables

Descrición: actividade que promove a socialización en grupo e a actividade física. Inclúe unha visita cultural para coñecer a contorna.

Organizado por: Mesa Intersectorial de Burela.

Hora: de 10:00 horas a 12:00 horas.

Lugar: saída dende o Centro de Saúde de Burela.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: sen necesidade de inscrición previa.

Cervo

Domingo 30

III Sanci 5K

Descrición: carreira popular que forma parte do TourMariña.

Organizado por: Mancomunidade de Concellos da Mariña Lucense.

Hora: a partir das 11:00 horas.

Lugar: San Cibrao, Cervo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [III Sanci 5K](#)



Folgoso do Courel

Domingo 31

I Courel Mountain Running 2025

Descrición: a proba consta de dúas carreiras oficiais e unha andaina non competitiva.

Organizado por: o Concello de Folgoso do Courel en colaboración coa Federación Galega de Atletismo.

Hora: a partir das 10:30 horas.

Lugar: saída e meta dende a Praza do Concello de Folgoso do Courel.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [I Courel Mountain Running](#)

Foz

Sábado 02

Día da bici

Descrición: ruta en bicicleta de 12 km. Evento non competitivo. Gratuíta para todas as idades. Tamén haberá andaina solidaria a beneficio de AECC.

Organizado por: Concello de Foz e AECC.

Hora: 20:15 horas: saída ruta en bicicleta e ás 20:30 horas a saída andaina solidaria.

Lugar: saída e meta no Paseo da Ribeira, fronte ao Cinema de Foz.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: Casa da Xuventude de Foz ou o propio día do evento.

Domingo 03

Run Foz Run

Descrición: carreira popular do Concello de Foz. Categorías en Formación e Absoluta.

Organizado por: Club de Atletismo Ría de Foz e Concello de Foz.

Hora: 10:00 horas.

Lugar: saída e meta no Paseo da Ribeira, fronte ao Cinema de Foz.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [Run Foz Run](#)



Guitiriz

Sábado 09

XXXIII Carreira Popular de Os Vilares

Descrición: carreira absoluta e carreiras infantís na Romaría Labrega da Chaira.

Organizado por: Asociación de Veciños, Cultural e Medioambiental dos Vilares. Colabora a Comunidade de Montes en Man Común dos Vilares e Concello de Guitiriz.

Hora: de 16:30 horas a 21.30 horas.

Lugar: saída e meta situada na Carballeira do Cancelo, Os Vilares, Guitiriz.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [XXXIII Carreira Popular Os Vilares](#)

Lugo

Sábado 09

"Un barrio sen reloxo"

Descrición: paseo guiado do ciclo especial X aniversario do proxecto Guido Guía.

Organizado por: Guido Guía.

Hora: saída as 11:00 horas.

Lugar: Parque Rosalía, Lugo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: no correo:
guidoguiaturismo@gmail.com

Domingo 17

Ocio con familias

Descrición: actividade dirixida aos fogares lucenses entre dous e cinco membros. A participación é aberta e limitada a vinte familias por día con comida incluída. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: dende as 11:00 a 21:00 horas.

Lugar: Parque de Frigsa (fronte ao Auditorio).

Poboación á que vai dirixida: familias de Lugo.

Inscricións: actividade aberta, por orde de chegada ata cumprir as 20 familias.



Lunes 18

Sendeirismo. Ruta rural: tramo camiño primitivo.

Descrición: rutas temáticas con dous grupos por xornada. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: mañás: de 09:00 ás 13:00 horas e tarde de 17:00 a 21: horas.

Lugar: Porta de Santiago (Muralla Romana).

Poboación á que vai dirixida: lucenses entre 18 e 39 anos.

Inscripcións: actividade aberta sen inscrición previa ata completar 22 prazas por grupo.

Martes 19

Sendeirismo. Ruta natureza: Ribeiras Río Miño.

Descrición: rutas temáticas con dous grupos por xornada. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: mañás: de 09:00 ás 13:00 horas e tarde de 17:00 a 21: horas.

Lugar: Club Fluvial de Lugo.

Poboación á que vai dirixida: lucenses entre 18 e 39 anos.

Inscripcións: actividade aberta sen inscrición previa ata completar 22 prazas por grupo.

Mércores 20

Sendeirismo. Ruta local: paseos dos ríos Rato e Miño.

Descrición: rutas temáticas con dous grupos por xornada. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: mañás: de 09:00 ás 13:00 horas e tarde de 17:00 a 21: horas.

Lugar: Balneario de Lugo.

Poboación á que vai dirixida: lucenses entre 18 e 39 anos.

Inscripcións: actividade aberta sen inscrición previa ata completar 22 prazas por grupo.



Xoves 21

Sendeirismo. Ruta deportiva: Adai – Bosques máxicos- Ombreiro.

Descrición: rutas temáticas con dous grupos por xornada. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: mañás: de 09:00 ás 13:00 horas e tarde de 17:00 a 21: horas.

Lugar: Igrexa Santa María Magdalena (Adai).

Poboación á que vai dirixida: lucenses entre 18 e 39 anos.

Inscripcións: actividade aberta sen inscrición previa ata completar 22 prazas por grupo.

Venres 22

Sendeirismo: Ruta Histórica: Centro ao Barrio da Ponte.

Descrición: rutas temáticas con dous grupos por xornada. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: mañás: de 09:00 ás 13:00 horas e tarde de 17:00 a 21: horas.

Lugar: Porta San Fernando (Muralla Romana).

Poboación á que vai dirixida: lucenses entre 18 e 39 anos.

Inscripcións: actividade aberta sen inscrición previa ata completar 22 prazas por grupo.

Sábado 23

"A Senda do Fervedoira"

Descrición: paseo guiado do ciclo especial X aniversario do proxecto Guido Guía.

Organizado por: Guido Guía.

Hora: saída as 11:00 horas.

Lugar: Parque Rosalía, Lugo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: no correo:

guidoguiaturismo@gmail.com



Domingo 24

Ocio con familias

Descrición: actividade dirixida aos fogares lucenses de entre dous e cinco membros. A participación é aberta e limitada a vinte familias por día con comida incluída. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: dende as 11:00 a 21:00 horas.

Lugar: Paseo do Río Rato (fronte ao Centro de Interpretación, ao lado da cafetería).

Poboación á que vai dirixida: familias de Lugo.

Inscricións: actividade aberta, por orde de chegada ata cumprir as 20 familias.

Días 25, 26, 27, 28, 29 e 30

Masterclass de Hip - Hop

Descrición: actividade de balde para promover ocio alternativo, formativo e saudable para a xuventude, favorecendo a súa autonomía, convivencia e prevención de adiccións.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: de 20:00 a 21:30 horas.

Lugar: Praza de Augas Férreas.

Poboación á que vai dirixida: lucenses entre 11 aos 17 anos.

Inscricións: actividade aberta ata cubrir 60 prazas.

Xoves 28

Masa Crítica Lucense

Descrición: "coincidencia organizada" de ciclousuarios e ciclousuarias que realizan un paseo colectivo pola cidade.

Organizado por: Masa Crítica Lucense e Concello de Lugo.

Hora: as 20:15 horas.

Lugar: Praza Maior, diante do Concello de Lugo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é preciso.



Meira

Domingo 24

Ocio con familias

Descrición: actividade dirixida aos fogares lucenses entre dous e cinco membros. A participación é aberta e limitada a vinte familias por día con comida incluída. Actividade de balde.

Organizado por: Concello de Lugo.

Hora: dende as 11:00 a 21:00 horas.

Lugar: xardín do pazo de Feiras.

Poboación á que vai dirixida: familias de Lugo.

Inscricións: actividade aberta, por orde de chegada ata cumprir as 20 familias.

Sábado 09

VI Carreira Popular Vila de Meira

Descrición: proba de modalidade de Carreira Popular cunha distancia de 5,2 km.

Organizado por: Concello de Meira.

Hora: a partir das 18:00 horas.

Lugar: saída e meta na Praza do Concello.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [VI Carreira Popular Vila de Meira](#)

Muras

Sábado 16

I Milla das Estrelas Muras

Descrición: proba da modalidade de Trail Running cunha distancia de 1,6 km.

Organizado por: Concello de Muras.

Hora: a partir das 21:00 horas.

Lugar: Praza Maior, diante do Concello de Lugo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: [I Milla das Estrelas Muras](#)



O Corgo

Mércores 06

Mércores Saudable

Descrición: andainas pola vila para fomentar o exercicio. A duración será de 30 minutos e adaptada a tódalas idades.

Organizado por: Centro de Saúde do Corgo.

Hora: saída ás 12:00 horas.

Lugar: Centro de Saúde do Corgo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non é preciso.

Tódolos xoves

Viaxe ás praias de Galicia Verán 2025

Descrición: viaxes de verán para coñecer as praias de Galicia.

Organizado por: Concello do Corgo.

Hora: saídas ás 08:00 horas.

Lugar: saídas da explanada da antiga Cámara Agraria do Corgo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: dende o luns seguinte a cada viaxe ata o día anterior á realización da viaxe (mércores), a partir das 10:00 horas ata as 13:00 horas e chamando unicamente ao teléfono [634 182 948](tel:634182948).

Pedrafita do Cebreiro

Domingo 10

Ancares Cycling Marathon

Descrición: fondo de carácter popular que se desenvolve no corazón do Parque Natural dos Ancares.

Organizado por: Club Ciclista Cidade de Lugo, Empresa EME Sports e Área de Deportes da Deputación de Lugo.

Hora: a partir das 09:00 horas.

Lugar: O Cebreiro.

Poboación á que vai dirixida: afeccionados ao ciclismo.

Inscricións: [Ancares Cycling Marathon](#)



Ribadeo

Sábado 23

Carreira Nocturna Rinlo

Descrición: proba deportiva popular sen ánimo de lucro. Percorrido de 9 km por Rinlo.

Organizado por: Club de Atletismo de Ribadeo.

Hora: carreira de menores ás 20:00 horas, proba absoluta ás 21:45 horas.

Lugar: saída na Vila de Rinlo e meta diante da Casa do Concello da Vila de Ribadeo.

Poboación á que vai dirixida: poboación a partir de 16 anos.

Inscricións: [Carreira Nocturna de Rinlo](#)

Triacastela

Domingo 17

"Descubriendo Triacastela"

Descrición: paseo guiado do ciclo especial X aniversario do proxecto Guido Guía.

Organizado por: Guido Guía en colaboración co Concello de Triacastela.

Hora: saída ás 11:00 horas.

Lugar: Casa do Concello de Triacastela.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: no correo:

guidoguiaturismo@gmail.com

Viveiro

Domingo 17

Travesía Ría de Viveiro

Descrición: travesía a nado da Ría de Viveiro. Distancia 2.250 m.

Organizado por: Asociación Deportiva Cultural Alboi e colabora o Concello de Viveiro, Policía Local, Garda Civil do Mar, Protección Civil e voluntariado.

Hora: saída ás 16.30 horas.

Lugar: a saída realizarase desde a área Etnográfica da Insua, no antigo Cargadoiro de mineral ata a praia de Area.

Poboación á que vai dirixida: proba autorizada a nadadores maiores de idade e menores que cumpran 14 anos no presente ano.

Inscricións: [Travesía Ría de Viveiro](#)