



A Illa de Arousa

Do domingo 24 ao sábado 30

XVII Festa do Deporte

Descrición: xornadas a favor da práctica de deporte nas que, previa inscrición, poderase realizar: xadrez, fútbol, baloncesto, piragüismo, dornas a vela e marcha ciclista. Consultar día, hora e lugar de cada actividade ao realizar a inscrición.

Organizado por: a Fundación Deportiva Municipal.

Hora: consultar na inscrición.

Lugar: consultar na inscrición.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: [Festa do Deporte 2025](#)

Bueu

Domingo 3

Recoñecer Bueu. Ruta Massó, a orixe.

Descrición: ruta de balde incluída dentro do programa de rutas «Recoñecer Bueu» que contará a historia da conserveira Massó.

Organizado por: o Concello de Bueu e a Asociación A Illa dos Ratos.

Hora: 10:00 horas.

Lugar: o punto de encontro facilitarase coa inscrición.

Poboación á que vai dirixida: en xeral.

Inscricións: no whatsapp do teléfono

611 080 853

Sábado 23

Recoñecer Bueu. Ruta Intermareal de Agrelo

Descrición: ruta de balde incluída dentro do programa de rutas «Recoñecer Bueu». Trátase dun roteiro moi interactivo do que poderán gozar pequenos e maiores.

Organizado por: o Concello de Bueu e a Asociación A Illa dos Ratos.

Hora: 10:00 horas.

Lugar: o punto de encontro facilitarase coa inscrición.

Poboación á que vai dirixida: en xeral.

Inscricións: no whatsapp do teléfono

611 080 853



Cuntis

**Os luns 11, 18, e 25 de agosto e
os luns 1 e 8 de setembro**

Círculo das emocións, Couselo

Descrición: encontros grupais onde se abordarán os temas: ansiedade, estrés e enfermidade; as emocións e a linguaxe do corpo; o corpo segue a mente; o poder da palabra na mente e no corpo; e estratexias de control mental.

Organizado por: Concello de Cuntis.

Hora: 10:30 horas.

Lugar: Escola Unitaria de Couselo.

Poboación á que vai dirixida: en xeral e especialmente para mulleres.

Inscricións: no teléfono [986 548 005](tel:986548005)

O Grove

Os martes e xoves

Taichi

Descrición: actividade de acceso libre, aberta a todas as persoas que queiran iniciarse ou continuar practicando Taichi durante o verán. Un tempo para recuperar o equilibrio, moverse con sentido, e estar presente.

Organizado por: Concello do Grove.

Hora: 20:00 a 21:00 horas.

Lugar: Antigo Colexio das Monxas.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: non se precisa.

Poio

Os mércores

Exercicio ao aire libre para adultos

Descrición: actividade ao aire libre, incluída no programa "Coidate Sempre", co obxectivo de fomentar os hábitos saudables e o lecer activo durante os meses de verán. Ten unha duración dunha hora e só é preciso acudir con roupa cómoda e auga. Para máis información no Pazo Besada ou no teléfono [986 872 401](tel:986872401).

Organizado por: Concello de Poio.

Hora: 10:00 horas

Lugar: na finca da Casa Rosada.

Poboación á que vai dirixida: adultos.

Inscricións: non se precisa.



Poio

Todos os venres

Exercicio o aire libre para adultos

Descrición: actividade ao aire libre, incluída no programa "Coidate Sempre", co obxectivo de fomentar os hábitos saudables e o lecer activo durante os meses de verán. Ten unha duración dunha hora e só é preciso acudir con roupa cómoda e auga. Para máis información no Pazo Besada ou no teléfono [986 872 401](tel:986872401).

Organizado por: Concello de Poio.

Hora: 10:00 horas

Lugar: na Reiboia (A Seca).

Poboación á que vai dirixida: adultos.

Inscricións: non se precisa.

Domingo 17

IV Edición volta a nado Illa de Tambo-Concello de Poio

Descrición: proba deportiva a nado en augas abertas. Consultar o regulamento para ver categorías, percorrido e inscricións.

Organizado por: Concello de Poio e Atlantic Extreme Sports.

Hora: 11:00 horas

Lugar: Praza da Chousa, Combarro.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 12 anos.

Inscricións:

[Inscribirme online - Vi Edición Volta a Nado Illa de Tambo](#)

Pontevedra

Sábado 2

Na procura do tesouro: tras os pasos de Castelao en Salcedo

Descrición: actividade familiar incluída dentro de programa Pontevedrán, para coñecemento da figura de Castelao e o patrimonio de Salcedo entre as xeracións máis novas.

Organizado por: Concello de Pontevedra e Asociación Cultural Casa Verde de Salcedo

Hora: dende as 10:00 as 13:00 horas.

Lugar: Casa Verde de Salcedo.

Poboación á que vai dirixida: dende os 5 anos cun adulto.

Inscricións:

[Xogo "Na procura do tesouro: tras os pasos de Castelao en Salcedo"](#)



Pontevedra

Sábado 23

Xornada de orientación na illa do Covo

Descrición: actividade familiar, incluída dentro de programa Ponteverán, sobre orientación. Explicaranse os conceptos básicos para interpretar o mapa e facer o percorrido. Haberá varios niveis de dificultade que se poderán facer de maneira individual ou grupal.

Organizado por: Concello de Pontevedra e Aromon Pontevedra- Montañeiros A Roelo.

Hora: dende as 19:00 as 24:00 horas.

Lugar: Illa do Covo (das Esculturas).

Poboación á que vai dirixida: dende os 5 anos cun adulto.

Inscricións:

[Xornada de orientación na illa do Covo](#)

Sanxenxo

Domingo 31

XXV Milla Vila de Sanxenxo

Descrición: proba deportiva divida en categorías por rango de idades. Consultar o regulamento para ver categorías, percorrido, horarios e inscricións.

Organizado por: Organismo Autónomo Terra de Sanxenxo.

Hora: a partir das 12:00 horas.

Lugar: Praza de Portugal.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: no correo electrónico deportes@sanxenxo.org

Vilaboa

Martes 12

Encontro literario

Descrición: encontro literario coa autora Ángela Banzas e a súa obra "El aliento de la llamas".

Organizado por: Salinas Club de Lectura.

Hora: 20:00 horas.

Lugar: Bibliocra.

Poboación á que vai dirixida: adultos.

Inscricións: non se precisa.



Vilagarcía de Arousa

Sábado 2

XXI Carreira nocturna Concello de Vilagarcía

Descrición: proba deportiva dividida en categorías por rango de idades. Consultar o regulamento para ver categorías, percorrido, horarios e inscricións.

Organizado por: Fundación de Deportes de Vilagarcía de Arousa.

Hora: 21:00 horas.

Lugar: Avenida da Mariña diante do Auditorio Municipal.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións:

[Evento: 21ª EDICIÓN DA CARREIRA NOCTURNA CONCELLO DE VILAGARCÍA 2025](#)

Domingo 3

XLI Travesía a nado do Porto de Vilagarcía

Descrición: proba deportiva a nado en augas abertas. Consultar o regulamento para ver categorías, percorrido e inscricións.

Organizado por: Club Natación Vilagarcía, Club Salvamento Vilagarcía e Fundación de Deportes de Vilagarcía de Arousa.

Hora: 11:00 horas.

Lugar: pantalán do Centro Galego de Vela, Porto de Vilagarcía de Arousa.

Poboación á que vai dirixida: nados a partir do ano 2015.

Inscricións:

[Inscribirme online -XLI TRAVESÍA A NADO DO PORTO DE VILAGARCÍA](#)

En liña

Luns 8

Mellora o teu descanso con estes consellos

Descrición: durmir ben é fundamental para manter unha boa saúde física e mental. Non só é durmir as horas necesarias, senón crear hábitos e un ambiente que favorezan un sono profundo e reparador. Durmir ben inflúe na concentración, ánimo e benestar xeral, por iso daranse consellos prácticos e fáciles para implementar no día a día.

Organizado por: Canal Sénior.

Hora: 12:00 horas

Lugar: en liña.

Poboación á que vai dirixida: poboación sénior.

Inscricións: [A importancia do sono](#)