

Área Sanitaria de Ourense, Verín e O Barco de Valdeorras

Período escolar

Actividades no Centro Sociocomunitario de Pontepelamios

- Ximnasia "Ocitem"
- Ritmodance II
- Memoria/estimulación cognitiva
- Taller relaxación Morea
- loga terapéutico

Descrición: actividades organizadas polo Centro Sociocomunitario de Pontepelamios ao longo do curso escolar 2024-2025

Hora da actividade: a consultar

Lugar da actividade: Centro Sociocomunitario de Pontepelamios

Poboación á que vai dirixida: poboación a partir de 18 anos

Inscripcións: no teléfono 988788206 ou presencial no propio Centro Sociocomunitario (Rúa do Gaiterio nº1, 32002 Ourense)

Período escolar

Actividades no Centro Sociocomunitario de Ourense

- Ximnasia
- Ximnasia adaptada
- Memoria
- Body balance
- Pilates
- loga
- Psicomotricidade
- Baile
- Móbil

Descrición: actividades organizadas polo Centro Sociocomunitario Ourense ao longo do curso escolar 2024-2025

Hora da actividade: a consultar

Lugar da actividade: Centro Sociocomunitario de Ourense

Poboación á que vai dirixida: poboación a partir de 18 anos

Inscripcións: no teléfono 988788703 ou presencial no propio Centro Sociocomunitario (Rúa Concejo nº4, Ourense)

xoves 03 de outubro

Agasalla vida – Riles que dan vida

Descrición: Charla informativa sobre prevención da enfermidade renal e fomento da doazón de órganos. Actividade organizada pola Asociación ALCER Ourense

Hora da actividade: de 17:00 a 19:00 horas

Lugar da actividade: Salón de Actos do Edificio Multiusos do Concello do Barco de Valdeorras

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscripcións: en ALCER Ourense e nos teléfonos 988229615 - 663780330

sábado 05 de outubro

Tres Lunas Race

Descrición: BTT 80 Km

BTT 50 Km

Hora da actividade: a consultar

Lugar da actividade: a consultar

Poboación á que vai dirixida: poboación adulta

Inscripcións: [Tres Lunas Race 2024 \(buscametas.com\)](https://www.buscametas.com)

Área Sanitaria de Ourense, Verín e O Barco de Valdeorras

domingo 06 de outubro

I Carrera de la Guardia Civil de Ourense "Pilar 2024"

Descrición: carreira popular organizada pola Guardia Civil de Ourense. Coorganiza Deputación Provincial de Ourense e colabora Xunta de Galicia e Concello de Ourense.

Hora da actividade: desde ás 10:30 horas

Lugar da actividade: Praza Maior de Ourense

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: [PORTADA - Champion Chip Norte \(ccnorte.com\)](#)

VIII Gran Premio de Montaña e I Andaina A Rúa Serra do Cereixido

Descrición: actividade organizada polo Atletismo Rúa en colaboración con: Concello da Rúa Deputación de Ourense Deportes, Deputación de Ourense, Deporte Galego Xunta de Galicia, Andainas de Regularidade Federación Galega de Montañismo Fedme e Federación Española de Deportes de Montaña e Escalada.

Marcha: 33 km

Marcha: 15 Km

Hora da actividade: 09:00 horas

Lugar da actividade: Praza Enriqueta Casanova (Fonte)

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: na páxina granpremiodemontana.weebly.com ou no correo electrónico atletis-morua@gmail.com

Parroira Bike 3H

Descrición: actividade de ciclismo organizada polo concello de A Merca

Hora da actividade: 09:30 horas

Lugar da actividade: A Merca

Poboación á que vai dirixida: poboación adulta

Inscricións: <https://sportmaniacs.com/.../inscr.../parroira-bike-3hr-2024>

mércores 09 de outubro

Obradoiro de alimentación do paciente oncológico

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde Chandreza de Queixa

Hora da actividade: 11:30 horas

Lugar da actividade: Residencia de maiores Chandreza de Queixa

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: non require

Área Sanitaria de Ourense, Verín e O Barco de Valdeorras

xoves 10 de outubro

Obradoiro de sexualidade para persoas con enfermidade renal

Descrición: actividade organizada pola Asociación ALCER Ourense

Hora da actividade: de 16:00 a 20:00 horas

Lugar da actividade: Complexo Hospitalario de Ourense

Poboación á que vai dirixida: poboación con enfermidade renal, familiares, persoal sanitario e poboación xeral

Inscripcións: en ALCER Ourense e nos teléfonos 988229615 - 663780330

domingo 13 de outubro

Trail Ribeira Sacra

Descrición: actividade de trail. A retirada dos dorsais será o sábado 12 de outubro dende as 17:00 á 20:00 horas na zona de saída en Luintra e o domingo 13 de outubro a partir das 07:00 horas ata 20 min antes de cada carreira, na mesma zona de saída en Luintra, debendo presentar para a súa retirada documento e identidade.

Hora da actividade: a partir das 17:00 horas

Lugar da actividade: Praza de Luintra

Poboación á que vai dirixida: poboación adulta

Inscripcións: [VIII TRAIL RIBEIRA SACRA 2024.](#)

[Inscripciones e info – Sportmaniacs](#)

sábado 19 de outubro

Corre por el Domund

Descrición: evento deportivo a favor del Domund

Hora da actividade: 09:00 horas

Lugar da actividade: saída Praza García Barbón

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscripcións: app saudeter live / 988 410 767

domingo 20 de outubro

Carrera por Montaña Canón do Sil

Descrición: Carreira de montaña: Trail 33 km, Trail 17 Km e Trail 7 Km

Hora da actividade: 09:00 horas

Lugar da actividade: Parada do Sil

Poboación á que vai dirixida: poboación infantil e adulta

Inscripcións: [na páxina web de Championchip](#)

Área Sanitaria de Ourense, Verín e O Barco de Valdeorras

domingo 20 de outubro

Correndo por Ourense – Carballeira

Descrición: actividade organizada polo Concello de Ourense

Hora da actividade:

- 11:00 horas: pitufos (2017 e posteriores)
- 11:05 horas: SUB10 (2015-2016) SUB12 (2013-2014)
- 11:15 horas: SUB14 (2011-2012) SUB16 (2009-2010)
- 11:30 horas: SUB18 (2007-2008)
- 11:30 horas: absoluta (2006 e anteriores)

Lugar da actividade: Praza da Lexión, Ourense

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: correndoporourense.com. Todas as categorías son de balde a excepción da categoría absoluta (5 euros)

sábado 26 de outubro

Festa infantil a prol de ALCER Ourense

Descrición: actividade organizada pola Asociación ALCER Ourense

Hora da actividade: de 16:00 a 19:30 horas

Lugar da actividade: Pazo do Deportes Paco Paz

Poboación á que vai dirixida: familias con nenos e nenas ata 12 anos

Inscricións: en ALCER Ourense e nos teléfonos 988229615 - 663780330

Andaina da Castaña

Descrición: Andaina

Hora da actividade: Sen concretar

Lugar da actividade: Parada de Sil

Poboación á que vai dirixida: Poboación xeral

Inscricións: www.ccnorte.com

domingo 27 de outubro

Carrera das Ciudades contra Cáncer de Páncreas

Descrición: carreira

Hora da actividade: sen concretar

Lugar da actividade: Vilamartín de Valdeorras

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: Inicio - carreracancerpancreas.es