



Área Sanitaria de Ourense, Verín e o Barco de Valdeorras

Anual

Visita a Ribadavia

Descrición: visita guiada ao casco histórico de Ribadavia. Grupo mínimo de 5 e un máximo de 15 persoas. Dificultade baixa.

Hora da actividade: a convir.

Lugar da actividade: Ribadavia.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: no teléfono 609 47 49 76. Prezos:

- ▷ adultos e menores dende 13 anos – 12 euros
- ▷ menores de 5 a 12 anos – 6 euros
- ▷ menores de ata 4 anos – gratis

* para menos de 5 persoas e grupos grandes, consultar.

Visita Castro de Santomé

Descrición: visita ao xacemento arqueolóxico natural de Santomé, a tan só 3 Km da cidade de Ourense. Grupo mínimo de 5 e un máximo de 15 persoas. Duración aproximada de 1,5 horas.

Hora da actividade: a convir.

Lugar da actividade: Castro de Santomé, Ourense

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: no teléfono 609 47 49 76. Prezos:

- ▷ adultos e menores dende 13 anos – 12 euros
- ▷ menores de 5 a 12 anos – 6 euros
- ▷ menores de ata 4 anos – gratis

* para menos de 5 persoas e grupos grandes, consultar.

Aldea e xacemento Sancti Salvatoris

Descrición: ruta interpretativa na aldea e xacemento de San Salvador.

Hora da actividade: a convir.

Lugar da actividade: Allariz.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral

Inscricións: no teléfono 609 47 49 76. Prezos:

- ▷ adultos e menores dende 13 anos – 12 euros
- ▷ menores de 5 a 12 anos – 6 euros
- ▷ menores de ata 4 anos – gratis

* para menos de 5 persoas e grupos grandes, consultar.



Área Sanitaria de Ourense, Verín e o Barco de Valdeorras.

Sta. Mariña de Augas Santas e ruta arqueolóxica de Armea

Descrición: ruta interpretativa de carácter cultural na que se descobre o conxunto arqueolóxico e monumental de Castro de Armea e os exteriores da igrexa de Santa Mariña de Augas Santas.

Duración aproximada de 3 horas. Grupo mínimo de 5 e un máximo de 15 persoas.

Dificultade baixa.

Hora da actividade: a convir.

Lugar da actividade: Allariz.

Poboación da actividade: poboación xeral.

Inscricións: no teléfono 609 47 49 76. Prezos:

- ▷ adultos e menores dende 13 anos – 12 euros.
- ▷ menores de 5 a 12 anos – 6 euros.
- ▷ menores ata 4 anos – gratis.

* para menos de 5 persoas e grupos grandes, consultar.

Mércores 1 de Xaneiro

Subida á Costiña de Canedo

Descrición: ruta de 3,3 km organizada polo Concello de Ourense para percorrer a pé ou en bici. Sae dende a boca do túnel ata a igrexa de Castro de Beiro, onde haberá unha chocolatada final.

Hora da actividade: 12:30 horas.

Lugar da actividade: saída dende o túnel de Quintela de Canedo.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non require.



AXENDA SAUDABLE

XANEIRO 2025

Área Sanitaria de Ourense, Verín e o Barco de Valdeorras

Domingo 12 e xaneiro

XIV Ruta do Cocido 2025 BTT

Descrición: actividade organizada polo Clube BTT NOCELO con dúas variantes:

- ruta corta sobre 36 km de dificultade media.
- ruta larga de 44 km de dificultade media-alta. Prezos:

- ▷ sen comida: 15 euros
- ▷ con comida: 32 euros

Hora da actividade: recollida de dorsais a partir das 8:00 horas no pavillón municipal de Trasmiras. A saída efectuarase ás 9:30 horas.

Lugar da actividade: Trasmiras.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: do 01-12-2024 ó 9-01-2025 en:

<https://bttnocelo.blogspot.com/>

Domingo 19 de xaneiro

XXIV Cross Popular de Boborás

Descrición: actividade organizada polo Concello de Boborás con varias categorías:

- SUB10 e 12 (2014 a 2017): 700 m.
- SUB14-16-18-20 (2006 a 2013): 4,5 km.
- Adultos (2005 e anteriores) : 7,4 km.

Hora da actividade:

- SUB10 e 12: 10:10 horas.
- SUB14-16-18-20: 10:25 horas.
- Categoría 4 e 5 : 11:10 horas.

Lugar da actividade: saída diante do CEIP Nosa Señora de Xuvencos.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións:

<https://ccnorte.com/evento/inscribirme/id/2913/xxiv-cross-popular-do-concello-de-boboras-ourense>



XUNTA
DE GALICIA

CONSELLERÍA
DE SANIDADE



Área Sanitaria de Ourense, Verín e o Barco de Valdeorras

Martes 21 de Xaneiro

Obradoiro de primeiros auxilios

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde de Ribadavia.

Hora da actividade: 11:00 horas.

Lugar da actividade: Cruz Vermella Ribadavia.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non require.

Mércores 22 de Xaneiro

Microandaina + pílula saudable

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde Os Peares.

Hora da actividade: 10:00 horas.

Lugar da actividade: Centro de Saúde Os Peares.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non require.

Martes 28 de Xaneiro

Obradoiro de primeiros auxilios

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde San Cristovo de Cea.

Hora da actividade: 10:30 horas.

Lugar da actividade: edificio multiusos de San Cristovo de Cea.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non require.



AXENDA SAUDABLE

XANEIRO 2025

Área Sanitaria de Ourense, Verín e o Barco de Valdeorras

Martes 28 de Xaneiro

Obradoiro "ler e interpretar as etiquetas dos alimentos"

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde San Cristovo de Cea.

Hora da actividade: 11:15 horas.

Lugar da actividade: edificio multiusos de San Cristovo de Cea.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non require.

Obradoiro de exercicio multicompoñente

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde San Cristovo de Cea.

Hora da actividade: 12:00 horas.

Lugar da actividade: edificio multiusos de San Cristovo de Cea.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non require.

Xoves 30 de Xaneiro

Microandaina + pílula saudable

Descrición: actividade organizada polo Centro de Saúde Ribadavia.

Hora da actividade: 16:30 horas.

Lugar da actividade: Centro de Saúde Ribadavia e contorna.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non require.



XUNTA
DE GALICIA

CONSELLERÍA
DE SANIDADE