



A Coruña

Venres 11

Obradoiro de cociña: Bouquet de flores-cupcakes

Descrición: actividade gratuíta enmarcada no programa de ocio saudable "Nocturnia", impartida por Andrés Cuevas Gil.

Organizado por: Concello da Coruña.

Hora: de 21:15 a 23:15 horas.

Lugar: Centro Ágora, A Coruña.

Poboación á que vai dirixida: poboación de 12 a 30 anos.

Inscripcións: do 7 ao 10 de xullo na páxina web: www.coruna.gal/nocturnia

Venres 18

Obradoiro téxtil flores macramé: aprende a tecer flores cos dedos

Descrición: actividade gratuíta enmarcada no programa de ocio saudable "Nocturnia", impartida por Nai Diseños.

Organizado por: Concello da Coruña.

Hora: de 21:15 a 23:15 horas.

Lugar: Centro Ágora, A Coruña.

Poboación á que vai dirixida: poboación de 12 a 30 anos.

Inscripcións: do 14 ao 17 de xullo na web: www.coruna.gal/nocturnia

Betanzos

Sábado 19

8ª Ruta da auga Caimanes Betanzos

Descrición: proba cicloturista de 30 e 50 km polo pobo de Betanzos.

Organizado por: Club Caimanes Betanzos, C. BTT.

Hora: 15:15 horas.

Lugar: saída e chegada na praza Irmáns García Naveira.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: ata o mércores 16 de xullo ás 23:59 horas na seguinte ligazón:

[Inscripción RUTA DEL AGUA BETANZOS](#)



Cabana de Bergantiños

Venres 4 e 18

Visita guiada nocturna

Descrición: visita guiada nocturna ao Centro Arqueolóxico Dolmen de Dombate.

Organizado por: Concello de Cabana de Bergantiños.

Hora: de 23:00 a 00:00 horas.

Lugar: Centro Arqueolóxico Dolmen de Dombate, Cabana de Bergantiños.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: ata completar aforo, no teléfono do Concello: [981 754 020](tel:981754020)

Tódolos sábados

Visita teatralizada en Dombate: No tempo das pedras cos Quinquilláns

Descrición: visitas teatralizadas no marco do Centro Arqueolóxico Dolmen de Dombate.

Organizado por: Concello de Cabana de Bergantiños.

Hora: haberá dous pases dunha hora de duración ás 11:30 e ás 13:00 horas.

Lugar: Centro Arqueolóxico Dolmen de Dombate.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: ata completar aforo, no teléfono do Concello: [981 754 020](tel:981754020)

Cee

Sábado 5

X Carreira pedestre nocturna Concello de Cee

Descrición: carreira pertencente ao Circuito de Carreiras Populares "Correndo pola Costa da Morte" que promove a práctica de actividade física para acadar unha vida máis saudable.

Organizado por: Concello de Cee.

Hora: 20:00 horas.

Lugar: Casa do Concello, Cee.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: ata o 1 de xullo ás 23:59 horas na seguinte ligazón:

[InscripciónCarreiraNocturnaCee](#)



Cee

Sábado 19

Día do deporte na rúa

Descrición: xornada lúdica consistente na realización de actividade física e deportes variados ao aire libre no centro urbano de Cee.

Organizado por: Concello de Cee.

Hora: de 11:30 a 14:00 horas.

Lugar: praza 8 de maio, rúa Domingo Antonio de Andrade e Praza da Constitución.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: non se precisan.

Dumbría

Sábado 12

As Neves en Foliada

Descrición: sesión de foliada e obradoiro de baile.

Organizado por: Asociación Fonte Santa de Buxantes.

Hora: 19:00 horas.

Lugar: As Neves, Buxantes, Dumbría.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: no enderezo electrónico:
eventosfontesantabuxantes@gmail.com

Laracha

Sábado 12

VIII Carreira Popular do Apóstolo

Descrición: carreira de 7 km incluída no "XI Circuito de Carreiras Deputación da Coruña, con fins solidarios, ao finalizar haberá unha andaina saudable. Para máis información: [659 092 141](tel:659092141) / [637 98 88 44](tel:637988844).

Organizado por: Asociación Cultural Adro de Vilaño, Laracha.

Hora: 18:00 horas.

Lugar: a saída e chegada de tódalas probas estará situada no espazo acondicionado do Adro de Vilaño, situado a 1,5 km do centro urbano de A Laracha.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: ata o 9 de xullo ás 23:59 horas na seguinte ligazón:

[InscripcionVIII Carreira Popular do Apóstolo](#)



Laracha

Luns 21

Ruta a cabalo

Descrición: ruta a cabalo a cargo do centro ecuestre "As Leborías" de Laracha, actividade dentro da programación para o verán do Concello.

Organizado por: Concello de Laracha.

Hora: de 10:00 a 14:30 horas.

Lugar: saída da Praza Les Sables d'Olonne, Laracha.

Poboación á que vai dirixida: poboación de 6 a 11 anos.

Inscripcións: ata o 19 de xullo na casa do Concello ou na páxina web: www.alaracha.gal

Mércores 23

Ruta a cabalo

Descrición: ruta a cabalo a cargo do centro ecuestre "As Leborías" de Laracha, actividade dentro da programación para o verán do Concello.

Organizado por: Concello de Laracha.

Hora: de 10:00 a 14:30 horas.

Lugar: saída da Praza Les Sables d'Olonne, Laracha.

Poboación á que vai dirixida: poboación a partires de 12 anos.

Inscripcións: ata o 21 de xullo na casa do Concello ou na web: www.alaracha.gal

Laxe

Domingo 6

I Carreira popular pedestre Concello de Laxe

Descrición: carreira de 5 e 10 km que transcorre por distintos puntos do pobo de Laxe. Ten o obxectivo de fomentar a participación cidadá, a vida saudable e a dinamización do municipio.

Organizado por: Concello de Laxe.

Hora: 10:30 horas.

Lugar: saída e chegada na praza dos Voluntarios, Laxe.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: ata o 2 de xullo na seguinte ligazón:

[Inscripcion I Carreira Popular Pedestre Laxe](#)



Muxía

Domingo 13

X Carreira Pedestre Concello de Muxía

Descrición: carreira pertencente ao Circuito de Carreiras Populares “Correndo pola Costa da Morte” que promove a práctica de actividade física para acadar unha vida máis saudable.

Organizado por: Concello de Muxía.

Hora: 10:15 horas.

Lugar: rúa da Marina, Muxía.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: na páxina web:
www.carreirasgalegas.com

Oleiros

Domingo 6

10ª Travesía Costa Oleiros

Descrición: proba deportiva de natación en augas abertas con modalidade de distancia curta, media e longa (dende 6.000 ata 2.000 m).

Organizado por: Club Hércules Termaria.

Hora: 10:00 horas.

Lugar: saída e chegada dende a praia de Santa Cristina, Oleiros.

Poboación á que vai dirixida: poboación a partir dos 14 anos. No caso dos menores de idade precisarán dunha autorización paterna/materna o do tutor legal.

Inscricións: ata o 1 de xullo ás 23.59 horas na páxina web: www.travesiacosta.com

Paderne

Domingo 6

II Trail e Andaina Gastrolexítimo Paderne

Descrición: proba deportiva formada por trail, minitrail, pequetrail e andaina.

Organizado por: Concello de Paderne.

Hora: 09:30 horas.

Lugar: saída e chegada dende a Capela de Esperela, Paderne.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscricións: ata o 1 de xullo na seguinte ligazón:

[Inscripción TRAIL GASTROLEXITIMO PADERNE](#)



Sada

Mércores 9

Xogos tradicionais

Descrición: actividade lúdica para toda a familia dentro da programación de lecer infantil de verán do Concello de Sada.

Organizado por: Concello de Sada.

Hora: de 11:30 a 13:30 horas.

Lugar: paseo marítimo de Sada.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non se precisan.

Xoves 24

Ximkana de auga

Descrición: actividade lúdica dentro da programación de lecer infantil de verán do Concello de Sada.

Organizado por: Concello de Sada.

Hora: de 11:30 a 13:30 horas.

Lugar: paseo marítimo de Sada (xardíns caseta socorrismo).

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: non se precisan.

Sobrado

Domingo 20

XIX Día da bici

Descrición: xornada lúdico-deportiva para pasar unha mañá en familia desfrutando da natureza en bicicleta.

Organizado por: Concello de Sobrado.

Hora: 11:00 horas.

Lugar: saída dende a Praza do Concello.

Poboación á que vai dirixida: poboación xeral.

Inscripcións: no teléfono do Concello:

981 787 508