



Bueu

Sábado 12

XIV Travesía a nado Concello de Bueu Udra-Pescadoira 2025

Descrición: proba a nado dividida por categorías segundo percorrido a realizar. Consultar o regulamento antes de inscribirse.

Organizado por: Club Atletismo Corredoiras en colaboración co Concello de Bueu.

Hora: dende as 10:30 horas.

Lugar: consultar regulamento.

Poboación á que vai dirixida: nados antes do ano 2009.

Inscricións:

[Evento: XIV TRAVESÍA A NADO CONCELLO DE BUEU UDRA- PESCADOIRA 2025 \(Bueu\)](#)

Catoria

Domingo 27

II BTT Ruta Vikinga

Descrición: proba de Cicloturismo-BTT de dificultade media cun percorrido de 45 km. Consultar o regulamento antes de inscribirse.

Organizado por: Club Ciclista Torres de Oeste.

Hora: 09:30 horas.

Lugar: Alameda da praia fluvial.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 18 anos.

Inscricións:

[II BTT Ruta Vikinga | Deporticket. Inscricions](#)

Marín

Todos os martes e xoves

Andainas saudables, nivel avanzado

Descrición: andainas semanais de nivel avanzado de hora, hora e media de duración. Están organizadas polo Centro de Saúde de Marín pero que se xestionan de forma autónoma polo grupo.

Organizado por: Centro de Saúde Marín.

Hora: 09:30 horas.

Lugar: saída do Centro de Saúde.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: nun QR impreso no Centro de Saúde.



Marín

Todos os venres

Andainas saudables,nivel iniciación

Descrición: andainas semanais dunha hora de duración de dificultade baixa. Están organizadas polo Centro de Saúde de Marín pero xestionáanse de forma autónoma polo grupo.

Organizado por: Centro de Saúde Marín.

Hora: 10:00 horas.

Lugar: saída do Centro de Saúde.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: nun QR impreso no Centro de Saúde.

Sábado 5 e domingo 6

5º Torneo de Petanca

Descrición: torneo de Petanca incluído dentro do programa das Festas do Carmen do Concello de Marín.

Organizado por: Asociación Cultural Deportiva Gharaboto.

Hora: 10:30 horas.

Lugar: Parque da Barriada Virxe do Carme.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: ao comezo do torneo o sábado 5.

Sábado 19

5º Torneo Tiro de Chave

Descrición: torneo de Tiro e Chave incluído dentro do programa das Festas do Carmen do Concello de Marín.

Organizado por: Asociación Cultural Deportiva Gharaboto.

Hora: 10:30 horas.

Lugar: Campo de fútbol de Seixo.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: ao comezo do torneo.



Marín

Sábado 26

XII EDICIÓN +10k Marín Manuel Rosales.

Descrición: proba deportiva con opción para escolares e adultos. Consultar o regulamento para ver categorías, percorrido e inscricións.

Organizado por: Concello de Marín.

Hora: dende as 20:30 horas.

Lugar: Avenida de Ourense - Estación de Autobuses.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: [+10K MARIN MANUEL ROSALES](#)

Meis

Domingo 13

X Ruta BTT callos Meis

Descrición: proba de Cicloturismo-BTT de dificultade media con opción a ruta longa ou curta. Consultar o regulamento antes de inscribirse.

Organizado por: Club Ciclista Armenteira e Punto.

Hora: 09:00 horas.

Lugar: Praza de España, Mosteiro.

Poboación á que vai dirixida: maiores de 18 anos.

Inscricións: [31394 X BTT DOS CALLOS](#)

Moraña

Domingo 6

IV BTT Carneiro ó espeto e andaina

Descrición: dobre proba deportiva formada por unha BTT de 34 km e 45 km aproximadamente e, paralelamente, unha andaina de 13 km. Consultar o regulamento para ver categorías, e inscricións.

Organizado por: Concello de Moraña.

Hora: dende as 10:30 horas.

Lugar: na explanada, a carón do Multiúsos.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións:

[IV BTT DO CARNEIRO MORAÑA 2025](#)



Moraña

Domingo 20

XI Carreira carneiro ó espeto 2025 Moraña

Descrición: proba deportiva. Consultar o regulamento para ver categorías, percorrido e inscricións.

Organizado por: Concello de Moraña.

Hora: dende as 10:30 horas.

Lugar: Rúa N°5.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións:

[Home - Festa do Carneiro o Espeto](#)

Pontevedra

Todos os xoves

Andainas ADICAM

Descrición: andainas semanais dirixidas por un profesional do deporte e que se autoxestiona a través dun grupo de WhatsApp, onde informar o punto de partida ou se esa semana non se realiza a andaina polo tempo.

Organizado por: Asociación de diagnosticad@s de cancro de mama e xinecolóxico (ADICAM).

Hora: 10:00 horas.

Lugar: saída da Praza de España de Pontevedra.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións: chamar o **986 307 158** ou **629 945 925** para formar parte do grupo de WhatsApp.

Do luns 7 ao mércores 9

O poder da educación emocional: benestar persoal e relacións positivas

Descrición: a través de relatorios teóricos e talleres prácticos, abordarase o ensino de competencias emocionais e estratexias de regulación emocional aplicadas ao ámbito persoal.

Organizado por: UNED

Hora: consultar horario por día.

Lugar: centro UNED de Pontevedra.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións:

[El poder de la educación emocional: bienestar personal y relaciones positivas](#)



Pontevedra

Do mércores 16 ao venres 18

Falamos de neurobenestar? Como a nutrición, os hábitos e outros impactan no funcionamento cerebral

Descrición: o neurobenestar é como afectan os estímulos externos en procesos clave como a atención, a memoria e a regulación emocional.

Organizado por: UNED

Hora: consultar horario por día.

Lugar: centro UNED de Pontevedra.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións:

[¿HABLAMOS DE NEUROBIENESTAR? Cómo la nutrición, los hábitos y otros impactan en el funcionamiento cerebral | Cursos de Verano UNE](#)

Sábado 26

III Travesía do Lérez Cidade de Pontevedra

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

Organizado por: Club Natación Galaico e Concello de Pontevedra.

Hora: dende as 15:30 horas.

Lugar: Praia fluvial de Pontevedra.

Poboación á que vai dirixida: nados a partir do ano 2005.

Inscricións:

[Evento: III TRAVESIA DO LEREZ CIDADE DE PONTEVEDRA \(Monte Porreiro\) - Champion Chip Norte](#)

Soutomaior

Todo o mes

Verán activo

Descrición: O Concello de Soutomaior creou un programa de lecer e tempo libre con actividades deportivas para a poboación en xeral, maiores de 60 e familias. Recoméndase entrar na ligazón para coñecer a oferta e realizar as inscricións, xa en que moitas delas apenas quedan prazas.

Organizado por: Concello de Soutomaior.

Hora: entrar na ligazón.

Lugar: entrar na ligazón.

Poboación á que vai dirixida: poboación en xeral.

Inscricións:

[Actividades – Concello de Soutomaior](#)



Vilaboa

Martes 15

Encontro literario

Descrición: encontro literario coa autora Sara Vila e a súa obra "O incendio".

Organizado por: Salinas Club de Lectura

Hora: 20:00 horas

Lugar: Bibliocra.

Poboación á que vai dirixida: poboación adulta.

Inscricións: non é preciso.

Vilagarcía de Arousa

Domingo 13

XXVIII Marcha cicloturista Arousá

Descrición: proba ciclista. Consultar o regulamento para ver categorías e percorridos.

Organizado por: Club Ciclista Xiabre.

Hora: 09:00 horas.

Lugar: Pavillón Polideportivo Carril.

Poboación á que vai dirixida: poboación maior de 15 anos.

Inscricións:

[30215 XXVIII MARCHA CICLOTURISTA AROUSA](#)

En liña

Mércores 2

Coida a túa dieta para reducir a inflamación

Descrición: explicarase que é a inflamación, como pode afectar á nosa saúde e como os alimentos poden favorecerla ou combatela. Daranse consellos para coidar a alimentación e minimizar os seus efectos negativos.

Organizado por: Canal Sénior.

Hora: 10:30 horas.

Lugar: en liña.

Poboación á que vai dirixida: poboación sénior.

Inscricións:

[Coida a túa dieta para reducir a inflamación](#)