

ÍNDICE



01. SAUDA ALCALDESA DE CEE páx.2

02. ESCOLAS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS páx.3

02.01. POBOACIÓN INFANTIL páx.3

02.02. POBOACIÓN ADULTA páx.12

03. OFERTA ACTIVIDADES DO COMPLEXO DEPORTIVO PISCINA MUNICIPAL DE CEE páx. 18

01. SAUDA ALCALDESA DE CEE

A pesar da pandemia e as dificultades que derivan dela, o concello de Cee presenta para este novo curso unha oferta físico-deportiva variada, flexible e dirixida a todas as franxas de idade.

Consideramos que o deporte é unha “actividade esencial” porque estar activos é fundamental para a nosa saúde física e mental.

A situación que estamos a vivir fainos ser precavidos, polo que as actividades están adaptadas á realidade da Covid-19. Estamos seguros que contamos coa vosa comprensión.

Destacar unha vez máis o papel dos nosos clubs, que “todos a unha” e dun xeito exemplar e responsable, posibilitarán neste curso a práctica dun gran número de disciplinas deportivas. Reiterámosvos as grazas polo voso traballo.

Non queremos esquecernos da importante oferta deportiva coa que contamos ao longo de todo o ano, na instalación deportiva municipal de referencia, o complexo da Piscina Municipal de Cee, que presta un servizo vital a toda a comarca no eido da actividade física e da saúde.

Estudade ben todas as posibilidades e aproveitádeas!

Margarita Lamela Louzán

02. ESCOLAS E ACTIVIDADES DEPORTIVAS

02.1 POBOACIÓN INFANTIL

EDUCACIÓN FÍSICA DE BASE

- Actividade destinada ao desenvolvemento psicomotriz dos nenos e nenas de 4 a 6 anos (nados 2015-2017).
- **Día e horario:** xoves das 17:00 ás 17:45 horas.
- **Instalación:** no Pavillón Municipal de Brens (Cee).
- **Pre-inscrición:** na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee **ata o 29 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono 981.745100 (ext. nº 9).
- **Prazas limitadas:** 18 (grupos de 6, por mor da COVID-19).
- **Taxa:** 40 €/curso.
- **Forma de pago:** único ou fraccionado (20 €/catrimestre).



Data prevista comezo xoves 7 de outubro.

ESCOLA DEPORTIVA MUNICIPAL DE PATINAXE

- Actividade destinada á formación de nenos e nenas de 5 a 14 anos (nados 2007-2016) nas habilidades de deslizamento sobre rodas.
- **Día, horario e instalación:** martes das 19:00 ás 19:45 horas no Pavillón Municipal de Cee.
- **Pre-inscrición:** na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee **ata o 29 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono 981.745100 (ext. nº 9).
- **Prazas limitadas:** 18 (grupos de 6, por mor da COVID-19).
Se hai máis pre-inscritos que prazas, os admitidos determinaranse a través dun sorteo público, que terá lugar o xoves 30 de setembro ás 10:00 horas no Salón de Plenos da Casa do Concello (2º andar).
- **Taxa:** 40 €/curso.
- **Forma de pago:** único ou fraccionado (20 €/catrimestre).



Data prevista comezo martes 5 outubro.

ESCOLA DEPORTIVA DE FÚTBOL SALA CLUB F.S.F. VILLA DE CEE

● Impartida polo club **FÚTBOL SALA FEMENINO VILLA DE CEE.**

● **Categorías, días e horarios:**

BENXAMÍNS (nados 2012-2013):

luns e mércores das 18:00 ás
19:30 horas.

ALEVÍNS (nados 2010-2011):

luns e mércores das 19:30 ás
21:00 horas.



● **Instalación:** no Pavillón Municipal de Cee.

● **Pre-inscrición:** na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee
ata o 24 de setembro de 2021 ou ben chamando ao teléfono
679.012.595 (F.S.F. Villa de Cee).

● **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia
entidade e o da Federación Galega de Fútbol.

● **Prezo:** 20 €/mes.

Data prevista comezo luns 27 de setembro.

ESCOLA DEPORTIVA DE ATLETISMO CLUB ASOCIACIÓN DEPORTIVA OLIMPIA

- Impartida pola **ASOCIACIÓN DEPORTIVA OLIMPIA DE CEE** dirixida a nenos e nenas nados entre os anos 2004 e 2014.
- Categorias, días e horarios:
BENXAMÍNS e ALEVÍNS (nados entre 2011-2014): luns e mércores das 18:00 ás 19:00 horas.
RESTO DE CATEGORÍAS (nados entre 2004-2010): luns, mércores e venres das 19:00 ás 20:00 horas.
- **Instalación:** no Estadio Municipal de Fútbol San Paio de Refoxos de Cee.
- **Pre-inscrición:** no facebook da Asociación Deportiva Olimpia ata o **29 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono 981.745100 (ext. nº 9).
- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e o da Federación Galega de Atletismo.
- **Prezos:**
Categorías benxamín e alevín: 40 €/trimestre (2 días/semana).
Resto de categorías: 50 €/trimestre (3 días /semana).



Data prevista comezo luns 4 de outubro.

ESCOLA DEPORTIVA DE BALONCESTO CLUB A.C. BALONCESTO COSTA DA MORTE

- Impartida polo club de baloncesto **A.C.B. COSTA DA MORTE** dirixida a nenos e nenas a partir dos 5 anos.
- **Días e horarios:** martes e xoves das 17:45 ás 19:00 horas.
- **Instalación:** no Pavillón Municipal de Cee.
- **Pre-inscrición:** na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee ata o **24 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono 629.136.817 (Club A.C.B. Costa da Morte).
- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e o da Federación Galega de Baloncesto.
- **Prezo:** 20 €/mes.



Data prevista comezo martes 28 de setembro.

ESCOLA DEPORTIVA DE FÚTBOL CLUB S.R.D. UNIÓN CLUB CEE

- Impartida polo club **S.R.D. UNIÓN CLUB CEE** dirixida a nenos e nenas a partir dos 4 anos.

- **Categorías, días e horarios:**

BIBERÓNS (2016-2017) e **PREBENXAMÍNS** (2014-2015): mércores e venres das 17:45 ás 19:00 horas.

BENXAMÍNS (2012-2013): martes e xoves das 17:45 ás 19:00 horas.

ALEVÍNS (2010-2011): mércores e venres das 18:15 ás 19:30 horas.

PROMESAS FEMININO (2010-2015): martes e xoves das 18:15 ás 19:30 horas.

INFANTÍS (2008-2009): martes e xoves das 19:00 ás 20:45 horas.

CADETES (2006-2007): mércores e venres das 19:00 ás 20:45 horas.

XUVENÍS (2003-2004-2005): martes e xoves das 19:30 ás 21:15 horas.

- Instalación: no Estadio Municipal de Fútbol S. Paio de Refoxos de Cee.

- **Pre-inscrición:** no Estadio, chamando ao teléfono/whatsapp 665.168.663 ou ben no email unionclubcee@gmail.com



- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e o da Federación Galega de Fútbol.
- **Prezo:** 15 €/mes (2 irmáns 25€/mes).

ESCOLAS DE TAEKWONDO E BAILE DEPORTIVO CLUB ARTE E MOVEMENTO

- Club oficial recoñecido pola Federación Española de Taekwondo e pola Federación Española de Baile Deportivo (latinos, tiktok,...). Escolas impartidas polo **CLUB ARTE E MOVEMENTO** dirixidas a nenos e nenas a partir dos 3 anos.
- **Días, horarios e instalación:** segundo idade e actividade nas instalacións do club Arte e Movemento.
- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e o das Federacións Galegas correspondentes.
- **Máis información:** no club sede sita na rúa de Lugo nº 3 de Cee, ou ben chamando ao teléfono 607.323.391



ESCOLAS DE TAEKWON-DO I.T.F. E KICKBOXING CLUB CEE DE DEPORTES DE CONTACTO

- Club recoñecido pola FITE (Federación Internacional de Taekwon-Do ITF España) e pola Federación Galega de Kickboxing. Escolas impartidas polo **CLUB CEE DEPORTES DE CONTACTO** dirixidas a nenos e nenas a partir dos 4 anos.

- **Días e instalación:** luns e mércores no Pavillón Municipal de Brens.



- **Actividades, grupos e horarios:**

TAEKWON-DO ITF ~ Grupo 4 a 8 anos: das 18:00 ás 19:00 horas / Grupo 9 a 14 anos: das 19:00 ás 20:00 horas / Grupo maiores de 15 anos: das 20:00 ás 21:00 horas.

KICKBOXING ~ Grupo maiores de 15 anos: das 21:00 ás 22:30 horas.

- **Pre-inscrición e máis información:** chamando aos teléfonos 647.654.675 - 661.910.234 ou ben no email clubceedc@hotmail.es

- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e os das Federacións Galegas correspondentes

- **Prezo:** menores 15 €/mes.

ESCOLA DE TENIS DE MESA CLUB AGRUPACIÓN DEPORTIVA DE ZAS

- Impartida polo club de tenis de mesa **AGRUPACIÓN DEPORTIVA ZAS** dirixida a nenos e nenas a partir dos 7 anos.
- **Días e horarios:** martes e xoves das 15:30 ás 17:30 horas.
- **Instalación:** no Pavillón Municipal de Cee.
- Pre-inscrición: na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee ata o **29 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono 653.336.768 (club A.D. Zas).
- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e o da Federación Galega de Tenis de Mesa.
- **Prezo:** 20 €/mes.



Data prevista comezo martes 5 de outubro.

02.2 POBOACION ADULTA

XIMNASIA DE MANTEMENTO

Actividade destinada á poboación adulta con idades comprendidas entre os 18 e os 65 anos.

Pre-inscrición: na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee **ata o 29 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono **981.745100 (ext. nº 9)**.

O número de prazas dispoñibles variará dunhas localizacións a outras debido ás restricións da COVID-19. As dimensións das instalacións onde se desenvolverán estas actividades determinan tanto o número, como a composición dos grupos.

GRUPO CEE (Data prevista comezo luns 4 outubro).

- **Días, horarios e instalación:** luns, mércores e xoves das 19:00 ás 19:45 horas.
- **Instalación:** no ximnasio do antigo "Instituto Raíces".
- **Taxa:** 84 €/curso. Forma de pago: único ou fraccionado (42 €/catrimestre).
- **Prazas limitadas:** 6.

No 1º catrimestre haberá un único grupo de 6 persoas máis un monitor. O sistema para determinalo, será a través dun sorteo público entre as persoas pre-inscritas, que terá lugar o xoves 30 de setembro ás 10:00 horas no Salón de Plenos da Casa do Concello (2º andar).

GRUPO BRENS (Data prevista comezo martes 5 outubro).

- **Días e horarios:** martes e xoves das 20:00 ás 20:45 horas.
- **Instalación:** no Pavillón Municipal de Brens.
- **Taxa:** 64 €/curso. Forma de pago: único ou fraccionado (32 €/catrimestre).
- **Prazas limitadas:** 18.

No 1º catrimestre haberá un máximo de tres grupos de 6 persoas máis un monitor.



GRUPO PEREIRIÑA (Data prevista comezo luns 4 outubro).

- **Días e horarios:** luns e mércores das 20:00 ás 20:45 horas.
- **Lugar:** no salón Casa da Cultura de Pereiriña.
- **Taxa:** 64 €/curso. Forma de pago: único ou fraccionado (32 €/catrimestre).
- **Prazas limitadas:** 6.

No 1º catrimestre haberá un único grupo de 6 persoas máis un monitor. O sistema para determinalo, será a través dun sorteo público entre as persoas pre-inscritas, que terá lugar o xoves 30 de setembro ás 10:00 horas no Salón de Plenos da Casa do Concello (2º andar).



GRUPO TOBA (Data prevista comezo luns 4 outubro).

- **Días e horarios:** luns e mércores das 21:15 ás 22:00 horas.
- **Lugar:** na escola antiga de Cabaleriza.
- **Taxa:** 64 €/curso. Forma de pago: único ou fraccionado (32 €/catrimestre).
- **Prazas limitadas:** 6.

No 1º catrimestre haberá un único grupo de 6 persoas máis un monitor. O sistema para determinalo, será a través dun sorteo público entre as persoas pre-inscritas, que terá lugar o xoves 30 de setembro ás 10:00 horas no Salón de Plenos da Casa do Concello (2º andar).



ACTIVIDADE FÍSICA MAIORES DE 65 ANOS

(Data prevista comezo martes 5 outubro).

- Actividade para proporcionar un benestar físico e psíquico continuado ás persoas maiores de 65 anos.

- **Días e horarios:**

Martes das 17:30 ás 18:15 horas.

Xoves das 18:00 ás 18:45 horas.

- **Instalación:** no ximnasio do antigo “Instituto Raíces”.

- **Pre-inscrición:** na oficina do Servizo de Deportes do Concello de Cee **ata o 29 de setembro de 2021** ou ben chamando ao teléfono **981.745100 (ext. nº 9)**.

- **Taxa:** 20 €/curso.

- **Prazas limitadas:** 6.

Haberá un único grupo de 6 persoas máis un monitor. O sistema para determinalo, será a través dun sorteo público entre as persoas pre-inscritas, que terá lugar o xoves 30 de setembro ás 10:00 horas no Salón de Plenos da Casa do Concello (2º andar).



ESCOLAS BAILE, TAEKWONDO, ZUMBA, PILATES, HIIT E SINGLE ADULTOS. CLUB ARTE E MOVEMENTO

- Club oficial recoñecido pola Federación Española de Taekwondo e pola Federación Española de Baile Deportivo. Escolas impartidas polo **CLUB ARTE E MOVEMENTO** dirixidas a adultos.
- **Días, horarios e instalación:** segundo idade e actividade nas instalacións do club Arte e Movemento.
- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e o das Federacións Galegas correspondentes.
- **Máis información:** no club sito na rúa de Lugo nº 3 (Cee), ou ben chamando ao teléfono 607.323.391



ESCOLAS TAEKWON-DO I.T.F. E KICKBOXING ADULTOS CLUB CEE DE DEPORTES DE CONTACTO

- Club recoñecido pola FITE (Federación Internacional de Taekwon-Do España) e pola Federación Galega de Kickboxing. Escolas impartidas polo **CLUB CEE DEPORTES DE CONTACTO** dirixidas a adultos.
- **Días e instalación:** luns e mércores no Pavillón Municipal de Brens.
- **Horario:** das 21:00 ás 22:30 horas.
- **Pre-inscrición e máis información:** chamando aos teléfonos 647.654.675 - 661.910.234 ou ben no email clubceedc@hotmail.es
- **Prazas limitadas.** Aplicaranse os protocolos COVID-19 da propia entidade e os das Federacións Galegas correspondentes.
- **Prezo:** adultos 20 €/mes.



03. OFERTA ACTIVIDADES DO COMPLEXO DEPORTIVO PISCINA MUNICIPAL DE CEE

● **Actividades de auga:**

Natación embarazadas, bebés, cursos de iniciación e perfeccionamento, aquagym, preparación probas físicas oposicións, natación terapéutica...



● **Actividades de seco:**

Tonificación, pilates, abdominais, trx, step, zumba, baile latino, bike, kick boxing-boxeo, jiu-jitsu brasileiro, adestramento persoal, readaptación física, ioga...

Zona cardiovascular e zona con máquinas de musculación.

● **Destinatarios:** toda a poboación.

● **Días e horarios apertura:**

De luns a venres das 8:00 ás 14:00 h. e das 16:00 ás 22:00 horas.

Sábados das 9:00 ás 14:00 h. e das 16:00 ás 20:00 horas

Domingos e festivos das 10:00 ás 14:00 horas.



- **Instalación:** complexo deportivo Piscina Municipal de Cee
- **Máis información e inscricións:** no teléfono 981745201.





PISCINA MUNICIPAL CEE

TARIFAS

ABONOS INSTALACIÓN

INDIVIDUAL	FAMILIAR
<p>Matinal, Fin de semana, 3ª Idade e Xoven Abono Discapacitado</p>	<p>Adult@</p>
<p>COTA MENSUAL 19,93€/ mes</p>	<p>COTA MENSUAL 32,53€/ mes</p>
<p>Cota de entrada 27,39€</p>	<p>Cota de entrada 27,39€</p>
<p>Abono familiar</p>	
<p>COTA MENSUAL 39,03€/ mes</p>	
<p>Cota de entrada 27,39€</p>	

TIPOS DE ABONO

<p>ABONO INDIVIDUAL MATINAL (MINI)</p> <p>Persoa maior de 18 anos que fai uso das instalacións de luns a venres en horario de 08:00 a 14:00 horas</p>	<p>ABONO ADULTO (MAXI)</p> <p>Persoa maior de 18 anos que fai uso das instalacións sen limites e en toda a súa franxa horaria</p>	<p>ABONO INDIVIDUAL FIN DE SEMANA</p> <p>Persoa maior de 18 anos que fai uso das instalacións os venres de 16:00 a 22:00, o Sábado e o domingo</p>	<p>ABONO XOVEN</p> <p>Persoa menor de 18 anos que fai uso das instalacións sen limites e en toda a súa franxa horaria</p>	<p>ABONO PARA DISCAPACITADOS</p> <p>Persoa con unha discapacidade de máis ou igual do 33%</p>
<p>ABONO INDIVIDUAL 3ª IDADE</p> <p>Persoa maior de 65 anos que fai uso das instalacións sen limitación de días e en toda a súa franxa horaria</p>	<p>ABONO FAMILIAR</p> <p>Cabeza de familia que pode incluír no seu abono ao cónxuxe e fillos menores de 18 anos, que fan uso das instalacións sen limitación horaria. Os fillos ao cumprir os 18 anos deberán inscribirse nunha das modalidades individuais sen ter que abonar cota de entrada</p>			

O abono da dereito a Baño libre, ximnasio con monitor de sala, desconto en cursos, circuito termal, descontos en material deportivo.



Concello de Cee





Paseo Alcalde Pepe Sánchez, 5 - 15270 Cee (A CORUÑA)
Telf. 981 74 52 01 / info@viraxes.com



ENTRADAS E BONOS

PISCINA

XIMNASIO

Entrada libre TOTAL ADULTO sen limite de tempo	5,00€
Entrada libre TOTAL MENOR e 3ª IDADE sen limite de tempo	4,00€
Bono Entrada libre ADULTO 10 Sesións sen caducidade	45,00€
Bono Entrada libre MENOR e 3ª IDADE 10 Sesións sen caducidade	36,00€

CURSOS

AUGA	NATACIÓN INFANTIL	ABOADOS	SEN ABONO
Cota de entrada		NON	13,70€
Infantil curso 1 día		7,09€	10,65€
Infantil curso 2 días		14,18€	21,30€
Infantil curso 3 días		21,27€	31,95€
AUGA	NATACIÓN ADULTOS	ABOADOS	SEN ABONO
Cota de entrada		NON	13,70€
Adulto curso 1 día		8,52€	12,77€
Adulto curso 2 días		17,04€	25,54€
Adulto curso 3 días		25,56€	38,31€
ACTIVID. DIRIXIDAS	SECO + AQUAGYM	ABOADOS	SEN ABONO
Cota de entrada		NON	13,70€
1h / Semana (+1h. Gratis para aboados)		8,52€	12,77€
2hs / Semana (+1h. Gratis para aboados)		17,04€	25,54€
3hs / Semana (+ Resto horas gratis para aboados)		25,56€	38,31€
1 Sesión Activ. Dirixidas		2,50€	5,00€

ACTIVIDADES ESPECIAIS

	ABOADOS	NON ABOADOS
ADESTRAMENTO PERSOAL INDIVIDUAL	1 SESIÓN	20,00 €
	BONO 5 SESIÓNs	90,00 €
	BONO 10 SESIÓNs	150,00 €
		220,00 €

- CAMPAMENTOS URBANOS EN SEMANA SANTA E NO VERÁN.
 - CUMPREANOS NA PISCINA CON INCHABLES TERRESTRES E ACUÁTICOS.
- Máis información preguntar en recepción.



