

CASA DA XUVENTUDE - IUVENTA
R/ Xesús Bal y Gay 10
Tlf. 982 297 444
Horario de luns a venres:
Mañás: de 10.00 a 14.00 h. / Tardes: de 16.30 a 21.30 h.

OMIX
Centro de Convivencia Uxío Novoneyra
3ª planta. R/ Quiroga Ballesteros s/n
Tlf. 982 297 269

Máis información:
Concellería de Xuventude
Tlf. 982 297 496
R/ Quiroga Ballesteros, s/n

facebook.com/xuventudelugo
inventa.lugo@gmail.com
xuventude@concello delugo.org
www.lugo.gal



CONAGULLAELÁ

Horario: xoves de 20.00 a 21.30 h.
Datas: 1 de outubro ao 5 de novembro
Número de prazas: 15
Total: 9 h.
Prezo: 3,69 €
Prazo de inscrición: ata o 30 de setembro
Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos
Lugar: Casa da Xuventude

NOVAVIDA PARA OTEUMOBLE

Horario: xoves de 20.00 a 21.30 h.
Datas: do 12 de novembro ao 17 de decembro
Número de prazas: 15
Total: 9 h.
Prezo: 3,69 €
Prazo de inscrición: ata o 11 de novembro
Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos
Lugar: Casa da Xuventude

TENISDEMESA

Horario: sábados de 19.30 a 21.30 h.
Datas: do 17 de outubro ao 26 de decembro
Número de prazas: ata completar aforo
Prezo: gratuíto
Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos
Lugar: Casa da Xuventude

MAX (MOVIDA ALTERNATIVA XUVENIL) XOQUEI (LÓSTREGOS LUCUS)

Horario: venres de 23.00 a 00.30 h.
Datas: do 16 de outubro ao 18 de decembro
Prezo: gratuíto
Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos
Lugar: Polideportivo Daniel Cordido (Piringalla)

TENISDEMESA (CLUB DE ZPORTAS)

Horario: sábados de 20.30 a 22.00 h.
Datas: do 17 de outubro ao 19 de decembro
Prezo: gratuíto
Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos
Lugar: Complexo Deportivo de Frigsa



SÁBADOS+XTÍ (HIPHOP, BREAKDANCE, ACROSPORT)

Horario de mañás: sábados de 11.00 a 14.00 h.
(PARKOUR, ACTIVIDADES ROTATIVAS)

Horario de tardes: sábados de 16.30 a 20.30 h.
Datas: do 17 de outubro ao 26 de decembro
Prezo: gratuíto
Idades: para mozas e mozos de 12 a 30 anos
Lugar: Casa da Xuventude

APOIO ESCOLAR

Horario: de luns a venres de 16.00 a 20.00 h.
Datas: do 6 de outubro ao 22 de decembro
Número de prazas: ata completar aforo
Prezo: gratuíto
Idades: para nenas e nenos de 8 a 12 anos
Lugar: punto de información xuvenil da Praza do Castiñeiro
Tlf. 982 214 033

EMOITAS ACTIVIDADES MÁIS...

Biblioteca, sala de estudo, internet, xogos de mesa, x-box kinect, wii, playstation, salas de reunión...

Horario: luns a sábado de 10.00 a 14.00 h. e de 16.30 a 21.30 h.

- > **Punto de Book-crossing**, punto de intercambio de libros.
- > **Sala de exposicións**, se tes alma de artista, aquí podes amosar o teu traballo, cedémosche o espazo e publicítamos a túa exposición.
- > **O teu espazo**, salas abertas ás actividades, reunións... de todas as asociacións xuvenís e grupos informais de mozas e mozos de Lugo.
- > **Buzón de suxestións**, axúdanos a preparar a programación do próximo trimestre.

NORMAS DE PARTICIPACIÓN

- Para tramitar a inscrición nestes cursos deberán seguirse as seguintes normas:
- Será obrigatorio estar censada/o, ou no seu defecto estudar ou traballar na cidade de Lugo, sendo necesario nestes dous últimos casos presentar documento que o acredite, tendo preferencia as/os censadas/os na cidade.
 - Os cursos están destinados a rapazas e rapaces de idades comprendidas entre os 14 e os 35 anos.
 - As inscricións realizaranse na Casa da Xuventude e para a matrícula é necesario presentar a seguinte documentación:
 - Fotocopia do DNI
 - No caso de non estar censada/o en Lugo é necesario presentar a matrícula do centro de ensinanza ou documento que acredite estar traballando dentro do Concello de Lugo
 - As prazas cubriranse por sorteo ao día seguinte.
 - Para que comecen os cursos será necesario contar cun mínimo de alumnas/os que corresponda coa metade das prazas ofertadas e que se deberán manter ó longo de todo o curso; en caso contrario a actividade será suspendida.
 - A organización proporcionará o material básico para a realización dos obradoiros, sendo necesario que as/os alumnas/os aporten tamén algún material para a realización dos talleres: candeas, fío de trazo...
 - As matrículas ingresaranse no número de conta facilitado polo Concello, antes do comezo do curso. O recibo terá que entregarse na Casa da Xuventude nos períodos indicados pola organización. As matrículas só se farán efectivas unha vez que se comunique a admisión no curso. Unha vez realizado o ingreso, non será reintegrado baixo ningunha condición.
 - A participación neste curso implica a aceptación íntegra destas bases.
 - A organización poderá introducir, se o cree necesario, as modificacións que estime convenientes para o mellor funcionamento dos cursos.



Concello de Lugo



TALLERES PARA MOZAS EMOZOS 2015



PREPARACIÓN DO PET 1

Horario: luns e mércores de 11.30 a 13.00 h.

Datas: do 7 de outubro ao 16 de decembro

Número de prazas: 15

Total: 28,5 h.

Prezo: 11,68 €

Prazo de inscrición: ata o 6 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

PREPARACIÓN DO PET 2

Horario: luns e mércores de 19.30 a 21.00 h.

Datas: do 7 de outubro ao 16 de decembro

Número de prazas: 15

Total: 28,5 h.

Prezo: 11,68 €

Prazo de inscrición: ata o 6 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

PREPARACIÓN DO FIRST 1

Horario: martes e xoves de 11.30 a 13.00 h.

Datas: do 1 de outubro ao 17 de decembro

Número de prazas: 15

Total: 33 h.

Prezo: 13,53 €

Prazo de inscrición: ata o 30 de setembro

Idades: Para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

PREPARACIÓN DO FIRST INTENSIVO

Horario: sábados de 10.30 a 13.30 h.

Datas: do 17 de outubro ao 19 de decembro

Número de prazas: 15

Total: 30 h.

Prezo: 12,3 €

Prazo de inscrición: ata o 16 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

PISANDO FORTE (MELLORANDO A AUTOESTIMA)

Horario: xoves de 10.00 a 11.30 h.

Datas: do 1 de outubro ata o 5 de novembro

Número de prazas: 15

Total: 9 h.

Prezo: gratuíto

Prazo de inscrición: ata o 30 de setembro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude



COÑECE A INTELIXENCIA EMOCIONAL

Horario: martes de 19.30 a 21.30 h.

Datas: do 10 de novembro ata o 15 de decembro

Número de prazas: 15

Total: 10 h.

Prezo: gratuíto

Prazo de inscrición: ata o 6 de novembro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

OBRADOIRO DE FOTOGRAFÍA (PHOTO WALK URBAN)

Horario: mércores de 19.30 a 21.30 h.

Datas: do 7 de outubro ao 25 de novembro

Número de prazas: 10

Total: 16 h.

Prezo: 6,56 €

Prazo de inscrición: ata o 6 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

PILATESE REEDUCACIÓN POSTURAL

Horario: xoves de 20.00 a 21.00 h.

Datas: do 1 de outubro ao 17 de decembro

Número de prazas: 25

Total: 12 h.

Prezo: 4,92 €

Prazo de inscrición: ata o 30 de setembro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

I OGA

Horario: mércores de 20.30 a 21.30 h.

Datas: do 7 de outubro ao 16 de decembro

Número de prazas: 25

Total: 11 h.

Prezo: 4,51 €

Prazo de inscrición: ata o 6 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

ZUMBEANDO

Horario: luns de 20.00 a 21.00 h.

Datas: do 19 de outubro ao 14 de decembro

Número de prazas: 25

Total: 8 h.

Prezo: 3,28 €

Prazo de inscrición: ata o 16 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude



GAP (GLÚTEOS, ABDOMINAISE PERNAS)

Horario: martes de 20.00 a 21.00 h.

Datas: do 6 de outubro ao 15 de decembro

Número de prazas: 25

Total: 10 h.

Prezo: 4,1 €

Prazo de inscrición: ata o 2 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

A FÁBRICA DE LAMBETADAS

Horario: xoves de 19.30 a 21.30 h.

Datas: do 5 de novembro ao 17 de decembro

Número de prazas: 10

Total: 14 h.

Prezo: 5,74 €

Prazo de inscrición: ata o 4 de novembro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

COCIÑADA AVOA (APROVEITANDO ASSOBRAS)

Horario: venres de 19.30 a 21.30 h.

Datas: do 2 de outubro ao 27 de novembro

Número de prazas: 10

Total: 18 h.

Prezo: 7,38 €

Prazo de inscrición: ata o 1 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

COCIÑA PARATI (COCIÑA PARA DIABÉTICOS, CELÍACOS...)

Horario: martes de 19.30 a 21.30 h.

Datas: 6 de outubro ao 15 de decembro

Número de prazas: 10

Total: 20 h.

Prezo: 8,2 €

Prazo de inscrición: ata o 2 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude

COCIÑA CREATIVA

Horario: luns de 19.30 a 21.30 h.

Datas: do 19 de outubro ao 14 de decembro

Número de prazas: 10

Total: 16 h.

Prezo: 6,56 €

Prazo de inscrición: ata o 16 de outubro

Idades: para mozas e mozos de 14 a 35 anos

Lugar: Casa da Xuventude