

# AXENDA DE ACTIVIDADES CORUÑA EN FORMA 2021

ACTIVIDADE	ONDE	CANDO	
IYOGA	Miradoiro do Matadoiro	MAR - XOV	10:00 - 11:00
	Parque Europa	LUN - MÉR	11:30 - 12:30
	Praia de Riazor	LUN - MAR	18:00 - 19:00
MAIORES EN FORMA	Praia de Riazor	MAR - XOV	10:00 - 11:00
	Barrio das Flores	MAR - XOV	11:30 - 12:30
MARCHA NÓRDICA	Praia de Riazor	LUN	19:30 - 20:30
	Cidade Deportiva da Torre Arsenio Iglesias	MAR	19:30 - 20:30
PILATES	Parque de Vioño	LUN - MÉR - VEN	11:30 - 12:30
	Parque Europa	LUN - MÉR	19:30 - 20:30
TAICHI	Parque de Vioño	LUN - MÉR - VEN	10:00 - 11:00
	Praia de Riazor	LUN - MÉR - VEN	12:00 - 13:00
	Miradoiro do Matadoiro	MAR - XOV	18:00 - 19:00
TONIFICACIÓN	Praia de Riazor	MAR - XOV	19:00 - 20:00
XIMNASIA AERÓBICA	Praia de Riazor	LUN - MÉR - VEN MAR - XOV	10:00 - 11:00 18:00 - 19:00
ZUMBA	Praia de Riazor	LUN - MAR - VEN	11:00 - 12:00
	Miradoiro do Matadoiro	LUN - MÉR - VEN	18:00 - 19:00

## Agasallos sanbrandan

para as persoas participantes  
en diversas actividades.\*  
Participa!

\*Ata fin de existencias.

- ACTIVIDADES DE BALDE
- SEN LÍMITE DE IDADE
- SEN INSCRICIÓNS
- DE XULLO A SETEMBRO



MÁSCARA  
OBRIGATORIA



MANTER  
A DISTANCIA  
DE SEGURIDADE



AFORO  
LIMITADO



LEVA O  
TEU PROPIO  
MATERIAL

Infórmate en:  
[coruna.gal/deportes](http://coruna.gal/deportes)



CORUÑA EN FORMA

CORUÑA EN FORMA



Infórmate en: [coruna.gal/deportes](http://coruna.gal/deportes)

CORUÑA EN FORMA

CORUÑA EN FORMA



Colabora  
**sanbrandan**



Ayuntamiento de A Coruña  
Concello da Coruña

O DEPORTE  
ESTÁ DE VOLTA.

Torre de Hércules



## CORUÑA EN FORMA 2021

Descubre todos os espazos urbanos  
que temos na cidade para facer deporte  
e ter unha vida activa.

1. Praia de Riazor
2. Cidade Deportiva de Riazor
3. Miradoiro do Matadoiro
4. Cidade Deportiva da Torre Arsenio Iglesias
5. Club do Mar de San Amaro
6. Pista de patinaxe de Durmideiras
7. Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)
8. Paseo do Parrote
9. Parque Europa
10. Parque de Vioño
11. Área Canina do Parque de Eirís
12. Barrio das Flores



# CORUÑA EN FORMA 2021

## LUNS

### XIMNASIA AERÓBICA

📍 Praia de Riazor

### TAICHI

📍 Parque de Vioño

### ZUMBA

📍 Praia de Riazor

### PILATES

📍 Parque de Vioño

### TAICHI

📍 Praia de Riazor

### ZUMBA

📍 Miradoiro do Matadoiro

### IOGA

📍 Praia de Riazor

### MARCHA NÓRDICA

📍 Praia de Riazor

### PILATES

📍 Parque Europa

## MARTES

### IOGA

📍 Miradoiro do Matadoiro

### MAIORES EN FORMA

📍 Praia de Riazor

### ZUMBA

📍 Praia de Riazor

### IOGA

📍 Parque Europa

### MAIORES EN FORMA

📍 Barrio das Flores

### TONIFICACIÓN

📍 Praia de Riazor

### MARCHA NÓRDICA

📍 Cidade Deportiva da Torre Arsenio Iglesias

## MÉRCORES

### XIMNASIA AERÓBICA

📍 Praia de Riazor

### TAICHI

📍 Parque de Vioño

### PILATES

📍 Parque de Vioño

### TAICHI

📍 Praia de Riazor

### ZUMBA

📍 Miradoiro do Matadoiro

### IOGA

📍 Praia de Riazor

### PILATES

📍 Parque Europa

## XOVES

### IOGA

📍 Miradoiro do Matadoiro

### MAIORES EN FORMA

📍 Praia de Riazor

### IOGA

📍 Parque Europa

### MAIORES EN FORMA

📍 Barrio das Flores

### TONIFICACIÓN

📍 Praia de Riazor

### XIMNASIA AERÓBICA

📍 Praia de Riazor

### TAICHI

📍 Miradoiro do Matadoiro

## VENRES

### XIMNASIA AERÓBICA

📍 Praia de Riazor

### TAICHI

📍 Parque de Vioño

### ZUMBA

📍 Praia de Riazor

### PILATES

📍 Parque de Vioño

### TAICHI

📍 Praia de Riazor

### ZUMBA

📍 Miradoiro do Matadoiro

## FINS DE SEMANA DE LECER ACTIVO

### XULLO

📅 **DOM. 11** 🕒 11:00 - 12:30

#### BAILANDO CON CANS

📍 Miradoiro do Matadoiro

#### ROLLER MIX A PATÍNS

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **SAB. 17** 🕒 10:30 - 12:30

#### ANDAINA

📍 Cidade deportiva de Riazor > O Portiño > Parque de Bens > Cidade deportiva de Riazor

🕒 21:00 - 22:30

#### RUTA TEMÁTICA A PATÍNS

📍 Paseo do Parrote (Fronte á Virxe do Carme)

📅 **DOM. 25** 🕒 11:00 - 12:30

#### DEPORTE ADAPTADO

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **SAB. 31** 🕒 10:30 - 12:30

#### ANDAINA

📍 Cidade Deportiva da Torre Arsenio Iglesias > Parque Escultórico Torre de Hércules > Cidade Deportiva da Torre Arsenio Iglesias

🕒 21:00 - 22:30

#### RUTA TEMÁTICA A PATÍNS

📍 Paseo do Parrote (Fronte á Virxe do Carme)

### AGOSTO

📅 **DOM. 08** 🕒 11:00 - 12:30

#### XOGO ORIENTACIÓN OLFATIVA

📍 Área Canina Parque Eirís

#### ROLLER MIX A PATÍNS

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **SAB. 14** 🕒 10:30 - 12:30

#### ANDAINA

📍 Cidade Deportiva de Riazor > Torre de Hércules > Cidade Deportiva de Riazor

📅 **DOM. 15** 🕒 11:00 - 12:30

#### RUTA A PATÍNS

📍 Pista de patinaxe de Durmideiras > Paseo Marítimo

📅 **DOM. 22** 🕒 11:00 - 12:30

#### DEPORTE ADAPTADO

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **DOM. 29** 🕒 10:30 - 12:30

#### ANDAINA

📍 Rúa San Andrés > Praza Santa Catalina > Paseo Marítimo > Torre de Hércules > Paseo do Parrote > Rúa San Andrés

🕒 11:00 - 12:30

#### RUTA A PATÍNS

📍 Pista de patinaxe de Durmideiras > Paseo Marítimo

### SETEMBRO

📅 **DOM. 05** 🕒 11:00 - 12:30

#### AXILIDADE CANINA

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **SAB. 11** 🕒 10:30 - 13:30

#### ANDAINA

📍 Club do Mar de San Amaro > Ruta 3 Parques (Torre de Hércules - Parque San Pedro de Visma - Parque de Bens)

📅 **DOM. 12** 🕒 11:00 - 12:30

#### OBRADOIRO EN PATÍNS

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **DOM. 19** 🕒 11:00 - 12:30

#### XINCANA MOBILIDADE A PATÍNS

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)

📅 **SAB. 25** 🕒 10:30 - 12:30

#### ANDAINA

📍 Porto (Fronte Praza de Ourense) > Praia de Oza > Parque de San Diego > Porto

📅 **DOM. 26** 🕒 11:00 - 12:30

#### DEPORTE ADAPTADO

📍 Rúa San Andrés (Praza Santa Catalina)