



ACTIVIDADES ABRIL 2024

OMD Casco Vello - Rúa Oliva, 12 Telf. 986 226 841



MAÑÁ

Obradoiro
Avellentamento Activo
AXILIDADE MENTAL I
Maiores de 65 empadroados en Vigo
Concellería Benestar Social
Concello de Vigo
Os Martes
10:15 a 11:45
Gratuíta

Obradoiro
AUTOESTIMA
Asociación Rede de Mulleres
Previa Inscripción na asociación
Comenzo día 7
Os Luns
10:00 a 13:00
Gratuíta

Obradoiro
Xestión do Estrés e Relaxación
Asociación Adicam
Previa inscrición no Teléfono
986 307 157
Os Luns
10:00 a 13:00
Gratuíta

Obradoiro
Avellentamento Activo
AXILIDADE MENTAL I
Maiores de 65 empadroados en Vigo
Concellería Benestar Social
Concello de Vigo
Os Martes
10:15 a 11:45
Gratuíta

Obradoiro
AVELLEMENTAMENTO ACTIVO
Axilidade Mental II
Concellería de Benestar Social
Concello de Vigo
Os Martes
11:45 a 13:15
Gratuíta

Obradoiro
Avellentamento Activo
AXILIDADE MENTAL II
Maiores de 65 empadroados en Vigo
Concellería Benestar Social
Concello de Vigo
Os Martes
11:45 a 13:15
Gratuíta

Obradoiro
Movemento Expresivo e Creativo
Fundación Juan Soñador
Venres día 12
10:30 a 12:45
Gratuíta

TARDE

Obradoiro
"EXERCICIO FÍSICO ADAPTADO"
Asociación Adicam
Previa inscrición no Teléfono
986 307 158
Luns e Mércores
17:00 a 18:30
Gratuíta

Obradoiro
AUTOESTIMA
Asociación Rede de Mulleres
Previa Inscripción na asociación
Comenzo día 11
Os Xoves
17:00 a 20:00
Gratuíta

Obradoiro Meditación
"RAJA IOGA"
(Nivel Avanzado)
Magdalena
Previa Inscripción no Teléfono
661 889 411
Os Mércores
19:00 a 20:30
Gratuíta

Obradoiro
Avellentamento Activo
SAUDE E DIVERSIÓN
Maiores de 65 empadroados en Vigo
Concellería Benestar Social
Concello de Vigo
Os Venres
17:30 a 18:30
Gratuíta

Reunión
CLUB DE LECTURA AMIBROS
Conchita
Previa inscrición no Teléfono
697 361 406
2º e 4º Xoves de cada mes
18:30 a 20:30
Gratuíta