



# Otono

## CULTURAL

### HORARIOS e TELÉFONOS

Concello: 981 69 00 01

Casa da Cultura: 981 68 30 06 · 16:00 - 21:00 h.

Ximnasio: 618 22 66 67 · 09:00 - 13:00 h. / 17:00 - 22:00 h.

xullo: 09:00 - 14:00 h. / agosto: pechado

[www.tordoia.es](http://www.tordoia.es)

síguenos



Concello  
de  
Tordoia



# ENVELLECIMENTO ACTIVO “En Forma”

Centros Sociais e Ximnasio

## PILATES Ximnasio (3 grupos)

LUNS	MÉRCORES
11:00 - 12:00 h.	09:45 - 10:45 h.
19:30 - 20:30 h.	19:30 - 20:30 h.
20:30 - 21:30 h.	20:30 - 21:30 h.

## STEPS Ximnasio

MARTES e XOVES  
19:30 - 20:30 h.

## VIAXES CULTURAIS

Viaxe de 3 días a Asturias (outubro 2017)

Viaxe de 7 días a Cádiz e Algarve (Portugal)

## XORNADAS INFORMATIVAS NOVEMBRO e DECEMBRO

Sobre Alzheimer e outras demencias

Sobre Eficiencias Enerxéticas Domésticas

## SAMAÍN E MAGOSTO NO PAI

31 de outubro (só para os nen@s)

3 de novembro

## MAGOSTO “En Forma”

Novembro

## CURSOS NA CASA DA CULTURA E AULA DE INFORMÁTICA

Telefonía Móvil

Informática

Redes Sociais

Búsqueda de Emprego