



**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
DE FRIGSA**

**DIRIXIDA POR
INSTRUCTORAS/ES**

**MATRÍCULA12,00 €
EN FRIGSA**

**MENSUALIDADE..... 15,20 €
DOMICILIACION BANCARIA**

**Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio
2013**

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MARTES e XOVES	17:00 a 18:00	1997 - 1998
XOVES e VENRES	20:00 a 21:00	1999
MARTES	20:00 a 21:00	2000
VENRES	17:00 a 18:00	2000
XOVES e VENRES	19:00 a 20:00	2001-2002
MARTES	19:00 a 20:00	2003-2004
XOVES	18:00 a 19:00	2003-2004
MARTES e VENRES	18:00 a 19:00	2005-2006-2007

E.D. BALONCESTO 2012-2013



**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
CASA DO DEPORTE**

**DIRIXIDA POR
ACALUBA**

**MATRÍCULA
.....GRATUÍTA**

**MENSUALIDADE.....5,00 €
DIRECTAMENTE O CLUB**

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MARTES - XOVES	18:00 - 19:00	1999 - 2005

E.D. BALONMAN 2012-2013



**INSTALACIÓN
C.E.I.P. CONCERTADOS**

**DIRIXIDA POR
CLUB LUME**

**MATRICULA E
MENSUALIDADE GRATUÍAS**

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013

DIAS

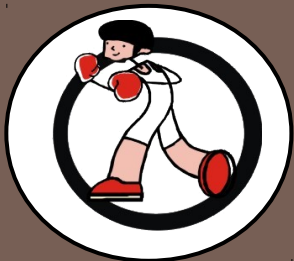
NADOS/AS

DETERMINADO POR CADA COLEXIO

**PENDIENTES
DE HORARIOS
DE CEIP CONCERTADOS**

DE 7 A 14 ANOS

E.D.M. BEISBOL 2012-2013



**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
O POMBAL
DIRIXIDA POR
CLUB BOXING LUGO**

**MATRÍCULA GRATUÍTA
MENSUALIDADE GRATUÍTA**

Do 1 Outubro 2011 ó 31 Maio 2012

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS a VENRES	20:00 - 22:00	1990 e ANTERIORES



E.D. BOXEO 2012-2013



**INSTALACIÓN
COLEXIO PÚBLICO
DE PARADAI**

**DIRIXIDA POR
C.C. CIDADE DE LUGO**

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MARTES e XOVES	18:00 a 19:00	2002 a 2008

Recomendable saber andar en 2 rodas

MATRÍCULA ...A CONSULTAR €
MENSUALIDADE... A CONSULTAR

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013



E.D. CICLISMO 2012-2013



**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
DE A PIRINGALLA**

**DIRIXIDA POR
C.H. MEIGAS**

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MARTES e VENRES	18:00 a 19:00	2009 e Anteriores

**MATRÍCULA ... LICENCIA FEDERATIVA
OBLIGATORIA**

MENSUALIDADE 5 €



**E.D. HOCKEI LIÑA FEMININO
2012-2013**



**INSTALACIÓN
PAZO PROVINCIAL
DOS DEPORTES**

**DIRIXIDA POR
CLUB DE LOITA LUGO**

MATRÍCULA :

- RAPACES/ZAS15

€

- ADULTOS..... 30 €

MENSUALIDADE..... 15,00 €

Do 1 Outubro 2011 ó 31 Maio 2012

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
Martes e Xoves	17:00 a 18:00	2001 - 2006
Martes e Xoves	18:00 a 19:00	2000 e Anteriores



E.D. LOITA 2012-2013...



**INSTALACIÓN
PISCINAS MUNICIPAIS
DE FRIGSA e AS PEDREIRAS**

**DIRIXIDA POR
CLUB NATACIÓN PORTAMIÑA**

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS <i>Piscina M. As Pedreiras</i>	17:45 a 18:30	2004 - 2006
SÁBADOS <i>Piscina M. Frigsa</i>	10:45 a 11:30	

MATRÍCULA20,50 € (LICENCIA FEDERATIVA)

MENSUALIDADE..... 15,00 €

INSCRIPCIONS DESDE O LUNS 17 NA CASA DO DEPORTE DE 17:30 A 20:30

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013



**E.D. NATACION SINCRONIZADA 2012-
2013**



**INSTALACIÓN
PISTAS ATLETISMO
GREGORIO PÉREZ RIVERA**

**DIRIXIDA POR
MURALLA RUGBY CLUB**

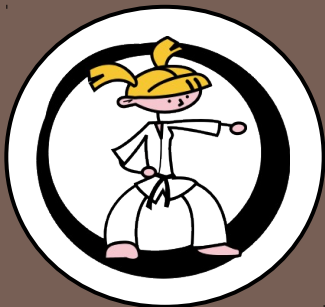
DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS - XOVES	19:00 - 20:30	1995 - 2006

MATRÍCULA12,00 €

**MENSUALIDADE.....12 €/ TRIMESTRE A PAGAR EN MAN NO
CLUB**

Do 1 Outubro 2010 ó 31 Maio 2011

E.D. RUGBI 2012-2013



**INSTALACIÓN
XIMNASIO PISCINA
MUNICIPAL AS PEDREIRAS**

**DIRIXIDA POR
ESCOLA LUCENSE
DE TAEKWONDO**

MATRÍCULA GRATUÍTA

MENSUALIDADE..... 25,00 €*

*** Pago directo no club**

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS-MERCORES- VENRES	20:30 a 22:00	1994 e ANTERIORES
LUNS-MERCORES- VENRES	19:30 a 20:30	1995 - 2000
LUNS-MERCORES- VENRES	17:30 a 18:30	2007 -20001
LUNS-MERCORES- VENRES	18:30 a 19:30	2007 - 2001

Información en www.taekwondo.com

E.D. TAEKWONDO 2012-2013



**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
DE A PIRINGALLA**

**DIRIXIDA POR
CLUB HOCKEI LUGO**

**MATRÍCULA20,00
€**

**MENSUALIDADE..... 15,00
€**

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013

DIAS	HORARIOS	
LUNS e MERCORES	18:00 a 19:00	2001 - 2008
LUNS e MERCORES	19:00 a 20:00	2000 e anteriores

E.D. PATINAXE 2012-20123



**INSTALACIÓN
PISTA DE TENIS
CUBERTA DE FRIGSA**
**DIRIXIDA POR
F.G. TENIS**

**PAGO DIRECTO Á
FEDERACIÓN
1ª CUOTA:**
**MATRÍCULA +
1ª MENSUALIDADE**
**MÁTRICULA20
€**
**INCLUE LICENCIA
FEDERATIVA**
MENSUALIDADES
1 h / semana.....
.....15 €
2h / semana.....
....22 €

Adultos.....
.....27 €

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS - MÉRCORES GRUPOS 1 e 2	18:00 - 19:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	2000 - 2006
MARTES - XOVES GRUPOS 5 e 6	18:00 - 19:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	2000-2006
LUNS - MÉRCORES GRUPOS 3 e 4	19:00 - 20:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	1996 - 1999
MARTES - XOVES GRUPOS 7 e 8	19:00 - 20:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	1996 - 1999
SÁBADOS GRUPOS 9 e 10	10:00 - 11:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	2000 - 2006
SÁBADOS GRUPOS 11 e 12	11:00 - 12:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	1996 - 1999
SÁBADOS GRUPOS 13 e 14	12:00 - 13:00 (8 PRAZAS POR GRUPO)	2000 - 2006

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS - MÉRCORES (ADULTOS 1)	20:00 - 21:00 (6 PRAZAS)	1995 e ANTERIORES
MARTES - XOVES (ADULTOS 3)	20:00 - 21:00 (6 PRAZAS)	1995 e ANTERIORES
LUNS - MÉRCORES (ADULTOS 2)	21:00 - 22:00 (6 PRAZAS)	1995 e ANTERIORES
MARTES - XOVES (ADULTOS 4)	21:00 - 22:00 (6 PRAZAS)	1995 e ANTERIORES

2012-2013



**INSTALACIÓN
LOCAL MUNICIPAL DE
TENIS DE MESA DE FRIGSA**

**DIRIXIDA POR
CLUB TENIS DE MESA
DEZ PORTAS LUGO TM**

DÍAS

HORARIOS

NADOS/AS

DE LUNS A VENRES DE 18:00 A 22:00

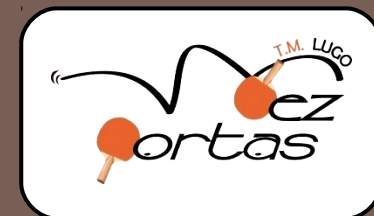
SE DISTRIBUIRÁN OS GRUPOS SEGUNDO NIVEIS e IDADES

NADOS DESDE 2004 E ANTERIORES

MATRÍCULA :
20 € rapaces/zas
25 € adultos

MENSUALIDADE..... 12 €*

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013



E.D. TENIS DE MESA 2012 - 2013



**INSTALACIÓN
GALERIA DE TIRO CON ARCO
MUNICIPAL DE FRIGSA**

**DIRIXIDA POR
CLUB ESCOLA LUCENSE
TIRO CON ARCO**

MATRÍCULA 15 €

MENSUALIDADE.....40 €
*INICIACION E PERFECCIONAMENTO

MENSUALIDADE
COMPETICIÓN.....45 €

Do 1 Outubro 2011 ó 31 Xuño 2012

DIAS	HORARIO	
MERCORES e XOVES	18:00 a 20:00	1996 ó 2004 INICIACION
MERCORES e XOVES	20:30 a 22:30	1995 E ANTERIORES INICIACIÓ
LUNS e XOVES	18:00 a 20:00	1996 ó 2004 PERFECCIONAMENTO
LUNS e XOVES	20:30 a 22:30	1995 e ANTERIORES PERFECCIONAMENTO
LUNS-MERCORES-XOVES	18:00 a 20:00	1996 ó 2004 COMPETICIÓN
LUNS-MERCORES-XOVES	20:30 a 22:30	1995 e ANTERIORES COMPETICIÓN



E.D. TIRO CON ARCO 2012-2013



**INSTALACIÓN
PISCINA MUNICIPAL
DE AS PEDREIRAS**

**DIRIXIDA POR
FEDERACIÓN GALEGA TRIATLÓN
F.F.M.**

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MERCORES-VENRES	17:00 -20:00	1995 - 2003
MARTES-XOVES	17:30 - 20:00	
SABADOS	10:30 - 13:30	

**MATRÍCULA15 € (LICENCIA
FEDERATIVA)**

MENSUALIDADE..... 15 € (CON PENTATLON 35 €)

Do 1 Outubro 2012 ó 30 Xuño 2013



E.D. TRIATLÓN 2012-2013



**INSTALACIÓN
LOCAIS NAVE ASOCIACIÓNS
PARQUE DE FRIGSA**

**DIRIXIDA POR
ASOCIACIÓN CULTURAL
XAQUEDRUM**

INFORMACION 657 974 937

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
SABADO	12:00 - 13:30	PERFECCIONAMENTO NIVEL 1
SABADOS	17:30 - 19:00	PERFECCIONAMENTO NIVEL 1
XOVES	18:15 - 20:30	PERFECCIONAMENTO NIVEL 2
XOVES	21:00 - 23:00	PERFECCIONAMENTO NIVEL 2
VENRES	19:00 - 20:30	PERFECCIONAMENTO NIVEL 2

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MARTES	17:30 - 18:30	INICIACIÓN
XOVES	17:15 - 18:15	INICIACIÓN
VENRES	17:00 - 18:00	INICIACIÓN
VENRES	18:00 - 19:00	INICIACIÓN
DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
MARTES	19:30 - 21:00	ADULTOS
VENRES	20:30 - 22:00	ADULTOS
SÁBADOS	16:30 - 18:00	INICIACIÓN



XADREZ 2012 - 2013



**INSTALACIÓN
XIMNASIOS CONVENIADOS**

**DIRIXIDA POR
INSTRUCTORAS/ES
XIMNASIOS**

MENSUALIDADE 25 €

**IMSCRICIÓNS
DIRECTAMENTE
NO XIMNASIO**

**SEN NUMERO MÍNIMO
DE ALUMNAS/OS**

LUNS MÉRCORES VENRES	OPCION A	OPCION B	OPCION C	OPCIO N C
XIMNASIO DISOM Rúa Camiño Real	10:00	11:00	17:00	19:00
XIMNASIO Ronda Muralla	10:00	11:00	16:30	
XIMNASIO GALAICO Rúa Chantada	10:00	17:00	18:00	
XIMNASIO LUGO Rúa Mondoñedo	10:30	17:00		
XIMNASIO ABEIRO Rúa Alfonso X	10:00	18:15		
XIMNASIO AQUALIFE Estrada Vella Santiago	13:45	15:15		
XIMNASIO OLYMPUS Rúa Primavera 19	18:00			

+ QFITNESS Rúa da Fraga	OPC.
LUNS-MARTES-XOVES ou VENRES	18:00
LUNS-MERCORES- VENRES	11:30
MARTES-XOVES- VENRES	11:30
LUNS-MERCORES- XOVES	16:00
MARTES-XOVES- VENRES	17:00
LUNS-MARTES- VENRES	18:00
LUNS-MERCORES- XOVES	19:30

**F
O
R
M
A**

VITALIA Galerías r/Vilalba	OPCIÓN
LUNS MERCORES VENRES	OPC. A)..... 09:00 OPC. B)..... 10:30 OPC. C)19:00
MARTES XOVES VENRES	OPC. A)10:30

**E.D.L. XIMNASIA MANTENIMENTO 2012-
2013**



**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
PISCINA DE FRIGSA**

**DIRIXIDA POR
CLUB FILIGRANA**

MATRÍCULA20 €

MENSUALIDADE..... 16 €

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS e MERCORES	18:00 a 19:00	2004 - 2008
LUNS e MERCORES	19:00 a 20:00	1994 - 2003

E.D. XIMNASIA RÍTMICA 2012-2013

**INSTALACIÓN
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL
CASA DO DEPORTE**

**DIRIXIDA POR
REAL AERoclUB
CLUB SAN FROILAN**

MATRÍCULA GRATUITA

MENSUALIDADE..... 10 €

Do 1 Outubro 2012 ó 31 Maio 2013

DIAS	HORARIOS	NADOS/AS
LUNS -MERCORES- VENRES	18:00 a 20:00	2004 e ANTERIORES

E.D.L. TIRO OLIMPICO 2012-2013