A POBRA DO CARAMIÑAL DEPORTES

FORMULARIO DE PREINSCRICIÓN

ACTIVIDADES DEPORTIVAS PERSOAS ADULTAS- O deporte na Pobra verán 2026

DATOS DA/DO PARTICIPANTE

Nome e apelidos:_____

Data de nacemento _____**NIF**_____

Enderezo: _____

Poboación: _____**C.p.**_____

Teléfono:_____**Correo electrónico**_____

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

PILATES (sinale por orde a súa preferencia de horarios):

☐ MARTES E XOVES, 10.30 h -11.30 h ☐ MARTES E XOVES, 20.30 h -21.30 h
☐ MARTES E XOVES, 11.30 h -12.30 h

☐ **XIMNASIA MANTEMENTO**: MARTES E XOVES, 9.30 h -10.30 h
☐ **FULL BODY (INICIACIÓN)**: LUNS E VENRES, 9.00 h – 10.00 h
☐ **CAMIÑADAS + ESTIRAMENTOS**: LUNS E VENRES, 9.30 h -11.00 h
☐ **CAMIÑADAS PARA MAIORES:** MARTES E XOVES , 9.30 h -10.45 h

XIMNASIA PARA MAIORES:

☐ MÉRCORES, VENRES, 10.00 h -10.45 h
☐ MÉRCORES, VENRES, 10.45 h -11.30 h

Baile, salsa e ritmo latino: MÉRCORES

☐ 9.00 h(medio) ☐ 10.00 h (iniciación)
☐ 20.00 h (iniciación) ☐ 21.00 (avanzado) ☐ 22.00 h (medio/iniciación)

***Despois de estar confirmada a inscrición (pilates, ximnasia de mantemento , full body e camiñadas + estiramentos), poderán realiza-lo pagamento das actividades nas oficinas dos Deportes do Concello, mediante a tarxeta bancaria ou mediante transferencia bancaria.**
***A asistencia non continuada ás actividades pode derivar na perda do dereito a seguir participando nelas.**

A Pobra do Caramiñal, de de 202_

Sinatura:

SR. ALCALDE- PRESIDENTE DO CONCELLO DA POBRA DO CARAMIÑAL