



DESFILE DE MODA

Firmas de moda y diseñadores en la pasarela del Liceo
Pág. 6



VIAJES A LA NIEVE

Grandvalira y Alto Campoo destinos para este invierno
Pág. 18

EL LICEO



ZOMBIES Y HALLOWEEN

Tres opciones para un octubre terroríficamente divertido

El estreno de "Invasión Zombie", película protagonizada por los más pequeños, dio paso a una noche de Halloween en la que un animado Asalto de Mocitos en el local social, compitió en ambiente y diversión con la Cena en Familia que tuvo como marco A Caeira.



Sumario

Unos zombis adorables.....	4
Pasarela de moda.....	6
¿Qué sabemos de ...?.....	7
Concurso Escolar de Dibujo.....	8
Música para Bebés.....	10
Halloween por duplicado.....	12
Jornada Especial Magosto.....	16
Viajes a la Nieve.....	18
Cenas de Navidad.....	20
Programación cultural	22
Programación deportiva.....	27



Síguenos en Facebook



y en Instagram





El Boletín Digital nº 1/2012 se publicó el
3/01/2012 y pasó a periodicidad
quincenal el 14/08/2015 con el Boletín
Digital nº 31/2015.

Revista nº 21 / 2019
(1ª quincena de Noviembre)

UNOS ZOMBIES ADORABLES

Sin alfombra roja, pero con todo el glamour y pasión de los más pequeños. Así discurrió el estreno de "Invasión Zombie", el segundo corto de vídeo realizado y protagonizado por los jóvenes que durante todo el verano han participado en nuestro Patio de Verano en A Caeira.

Siguiendo las directrices de los monitores, niñas y niños realizaron el guión de la película de la que ellos mismos fueron protagonistas.

Finalmente, tras el oportuno montaje final, el pasado 25 de octubre llegaba la hora del estreno. El Salón noble del Liceo estaba lleno de unos nerviosos protagonistas, ansiosos por contemplar el resultado de su aventura cinematográfica.

Ni qué decir tiene que, junto a ellos, los padres repartían sus emociones entre la curiosidad y las ganas de ver a sus hijos convertidos en actores.

El final de la película no lo desvelaremos, pero sí podemos decir que, como no podía ser de otra manera, triunfó el bien y que los padres salieron orgullosos mientras los hijos planeaban ya nuevas aventuras ¿quizás en el próximo Patio de Verano?





PUBLICIDAD

NM

Nuria Nogueira
Peluquería Mixta

Praza de Curros Enríquez, 4
Teléfono 986 84 26 27
36002 Pontevedra

Rúa Concepción Arenal, 7
Teléfono 986 55 53 61
Vilanova de Arousa

NM

Nuria Nogueira



Síguenos en
facebook

Nuria Nogueira Paz



NuriaNogueira, pelu mixta

Instagram

Pasarela de Moda

Organizado y presentado por la blogger especialista, Raquel Gamallo, el sábado 26 de octubre, el salón noble del Liceo se convirtió en una excepcional pasarela de moda, como escenario de un brillante desfile en el que participaron comercios de la ciudad y diseñadores de moda y joyería.

Con un lleno absoluto en el salón, por la pasarela fueron desfilando modelos de My Vintage Clothes (Galerías Oliva), Mepiachí (C/ Oliva), Madynovias (C/ Peregrina), Anabeti Lencería Mercería (C/ Sagasta), Creciendo Juntos y Zapatillería Elvi (Galerías Oliva), así como creaciones de diseñadores de moda como Miriam Guerreiro, Fran Elegance y Badum Badero, joyeros de autor como Liliana Xoiart o Nena Faesga, junto a estudiantes de la Escuela Técnica de Joyería del Atlántico.

Del maquillaje y peluquería de las modelos se encargó también una firma pontevedresa como Essence Salones Low Cost (C/ Cruz Gallastegui), mientras que la animación musical de la velada la protagonizó la cantante lírica Dania Diva.

Moda infantil, nupcial, casual, pases de joyería y alta costura, centraron un desfile desarrollado en un ambiente elegante y agradable, que dejó en muy alto lugar el pabellón pontevedrés en cuestiones de moda y buen gusto.





El cine, un arte con química

El ciclo de conferencias divulgativas ¿Qué sabemos de...? celebrado por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) tuvo como ponente en su última conferencia, celebrada en el Liceo Casino el día 23 de octubre, a Bernardo Herradón García, investigador científico del CSIC en el Instituto de Química Orgánica General. En la charla se abordó la relación entre el séptimo arte y los avances tecnológicos y científicos, muy presentes en la pequeña y gran pantalla.

Según expresó “la búsqueda de la pólvora sin humo fue el origen de la película fotográfica y de cine. Aparte de eso, la química está detrás de muchos efectos especiales, de aspectos relacionados con el color... la ciencia juega un papel importante desde el punto de vista técnico.”

El cierre de este ciclo de conferencias se celebró el día 30 de octubre en el Club Faro de Vigo, Auditorio Municipal do Areal, y corrió a cargo de la doctora Elena Castro Martínez versando sobre sobre “La innovación: un concepto polisémico y multidimensional”.



CONCURSO ESCOLAR DE DIBUJO

LA QUÍMICA EN LA VIDA COTIDIANA



La Sociedad de Ciencias de Galicia, el Liceo Casino de Pontevedra, la Misión Biológica de Galicia-CSIC, la Estación Fitopatológica Areeiro-Deputación de Pontevedra[Sistemas Agroforestales, (Estación Fitopatológica Areeiro de la Deputacion de Pontevedra), Unidad Asociada a la Misión Biológica de Galicia (CSIC)], ENCE-Energía y Celulosa, organizan un Concurso Escolar de Dibujo sobre “La Química en la vida cotidiana”, con el objetivo de concienciar a los estudiantes de su importancia para la sociedad.

TEMÁTICA, TÉCNICA Y REALIZACIÓN DEL DIBUJO

La temática de los dibujos deberá estar directamente relacionada con “La Química en la vida cotidiana”. Podrán concursar los escolares de centros educativos ubicados en cualquier localidad de España. La técnica será totalmente libre, pudiéndose utilizar, por ejemplo, acuarelas, ceras, témperas, etc. El dibujo deberá hacerse en cartulina blanca

formato DIN A4, horizontal, y sólo se admitirá un único dibujo por participante. Cada dibujo debe acompañarse de una frase explicativa o eslogan.

PARTICIPANTES

Escolares, según tres categorías por su edad (años en el día de cierre del plazo de presentación): 6-7 años / 8-9 años / 10-11 años

INSCRIPCIÓN Y PLAZO DE ENTREGA DE LOS DIBUJOS

Para poder participar en el concurso será necesario rellenar en la parte posterior del dibujo los siguientes datos: nombre y apellidos, edad, centro escolar y datos familiares de contacto (teléfono, dirección, correo-e). Se excluirán del concurso los dibujos que no incluyan todos estos datos, así como aquellos cuyo tema no sea el señalado en las presentes bases.

El plazo de presentación finaliza el día 8 de noviembre de 2019.

Los dibujos deberán enviarse, o presentarse, en sobre cerrado, a la siguiente dirección: Liceo Casino de Pontevedra. Concurso Escolar de Dibujo "La Química en la vida cotidiana". c/ Manuel Quiroga, 21. 36002 Pontevedra.

Los dibujos deberán presentarse, preferentemente, a través de los Centros Escolares, que limitarán la participación de sus alumnos a 10 dibujos por cada una de las tres categorías.

Entre los finalistas se adjudicarán un primer y segundo premio en cada categoría, así como un premio especial a concursantes de los municipios de Pontevedra, Marín y Poio. Los finalistas y los premiados se harán públicos y se entregarán los diplomas y premios respectivos, el día 22 de noviembre a partir de las 19:00 horas.

Los dibujos premiados se publicarán en el Boletín de la Sociedad de Ciencias de Galicia,

y quedarán en propiedad del Liceo Casino de Pontevedra.

Los dibujos no premiados podrán retirarse en el Liceo Casino de Pontevedra, desde el 26 de noviembre al 14 de diciembre de 2019.

Pueden solicitar las bases completas en la Secretaría de la Sociedad, en la página web www.casinopontevedra.com o en la web de la Sociedad de Ciencias de Galicia (<http://scg.org.es>).

PREMIOS

Primer Premio: 100 € en material de dibujo o librería

Segundo Premio: 50 € en material de dibujo o librería

Premio Especial: 100 € en material de dibujo o librería

PUBLICIDAD

¿Sabías que en la temporada de verano se incrementan hasta un 70% las infecciones de oído? ¿Cómo podemos prevenirlas?

Las altas temperaturas, humedad y la excesiva exposición al agua son un cultivo ideal para los hongos y bacterias.

El uso de tapones de baño a medida ayuda a evitar que el agua entre en el conducto auditivo reduciendo las probabilidades de padecer otitis.

Los tapones de baño a medida son la solución más efectiva para evitarlas. Están hechos a medida del conducto auditivo de cada persona proporcionando una protección total del oído. Fabricados con materiales antialérgicos y confortables. Se pueden usar tanto para los baños en playas, piscinas y ríos, cómo para la práctica de deportes acuáticos (no aconsejados para la práctica de submarinismo).



CENTRO DE ESPECIALIDADES AUDIOLÓGICAS

C/ FRAY JUAN DE NAVARRETE, 8

PONTEVEDRA

TLF. 986 10 30 60

Música para Bebés

Organizado por el Rotary Club Pontevedra, el Conservatorio das Artes Mayeuis y la colaboración del Liceo Casino el día **23 de noviembre** contaremos con unas sesiones de Música para Bebés. Se trata de una **Actividad dirigida a la Estimulación Musical Temprana**.

Esta actividad se desarrolla en una sesión muy dinámica donde se trabajan diversas áreas musicales, favoreciendo el desarrollo del bebé a través de estímulos para el desarrollo auditivo, el sentido

del ritmo, coordinación, comprensión, atención, etc... y en la que participa también uno de los padres, creando así un vínculo emocional y afectivo especial que continúa en su vida cotidiana.

Se llevará a cabo en el Salón Noble en dos

sesiones, 11:00 y 12:30 horas con aforo limitado y previa inscripción en la portería del local social al precio de **5 euros**.

Cada sesión está limitada a **un adulto por niño**, con la posibilidad de seguir el resto de acompañantes la actividad desde los espacios habilitados al efecto en el Salón.



23 de noviembre 2019
Sesiones:
11:00 y 12:30 horas

REPORTAJES

VIDA SOCIAL

... enough to draw
bribe. NO, it wa
ed the driver to
T Padala" to cell
level of mobility
plement the no
Now the MMDA wants to
ators. Is it conv
the arrests ar
let a traffic viola
habit for month
now they've been
spoil their day
able.

Rotunda...? Wh
or have not heard
that used to be a
provincial capitol,
Shaw Boulevard
to avoid a firesto
to avoid a firesto
they did it so well
and pedestrians
and motorists
local authorities
management. Will
between Shaw Bo
Kapitolyo? O
Commons and Barrio
those organic inter
of the Pasig TPN
asking about the
posts at vario
the intersection. Vendors in the
platform for pe
stopped working
blocked walk
With pe
space, this "c
waiting to happ
help if the peopl
and national came
they intend to d
so long and wa
dump, and wa

Still in the area of Pasig,
St. Paul Road,
by a number of vehicles
high speed nearly
discovered that the
hump by driv
only on half the r
These half-humps
ideas but in truth the
A year or
in a car accident in
one of the resident
the half-hump av
kids drove one si
side over the hur
St. Paul road hal
and a risk and
road! The sam
traffic areas in



HALLOWEEN POR DUPLICADO

La noche más terroríficamente divertida del año se celebró por partida doble y por todo lo alto en el Liceo. Mientras en la sede social de Manuel Quiroga los más jóvenes disfrutaban de un animadísimo “Asalto Baile”, en A Caeira tenía lugar el “Halloween en familia” que fue igualmente todo un éxito de asistencia.

Desde primeras horas de la noche el salón noble se llenó de jóvenes dispuestos a divertirse. Disfraces, menús adecuados al evento con Pizzas terroríficas, Hamburguesas monstruosas o patatas con salsa de sangre y baile con animación a cargo de La Bola de Cristal, hasta pasada la medianoche.







Ala misma hora que el Asalto, en A Caeira comenzaba la Cena en familia, con la participación de numerosos socios, hijos e invitados, que dieron cuenta de un suculento menú para terminar bailando al ritmo que marcó BBC Animaciones y Eventos.

El simpático "terror" fue sólo una forma de pasarlo bien y divertirse, porque las verdaderas protagonistas de la noche fueron la risa y la alegría.



Mucho más que castañas en nuestro Magosto

CAMBIO DE FECHA AL 17 DE NOVIEMBRE

Cuando hablamos de Magosto, inmediatamente nos viene a la cabeza un pensamiento: “castañas”. En su origen, el magosto era una fiesta en torno al fuego y a las castañas asadas con la que los gallegos honraban las cosechas. El fuego del hogar en las frías noches de primeros de noviembre convidaba a compartir cuentos y leyendas antiguas.

Pero en el Liceo queremos que el Magosto sea mucho más que fuego y castañas asadas. Aunque inicialmente habíamos previsto el 10 de noviembre, las malas previsiones meteorológicas para esa fecha aconsejan el cambio para una semana más tarde, por eso **el 17 de noviembre en A Caeira** celebraremos una **“Jornada Especial Magosto”**, en la que empezaremos con una comida que tendrá un menú para adultos adecuado a estas fechas otoñales, compuesta de Aperitivo del Chef, la sopa del cocido, lacón con grelos y chorizo de Lalín, para cerrar con flan de queso sobre crema de café. Todo ello al precio de 23 euros/persona.

Por supuesto, habrá también menú infantil.

La fiesta continuará tras la comida, **entre las 17 y las 20 horas**, con juegos tradicionales, castañas asadas, que no podían faltar, e hinchables, con la animación a cargo de BBC Animaciones y Eventos.

- **Juegos tradicionales**
- **Castañas asadas**
- **Fiesta, con animación de BBC Animaciones y Eventos**
- **Hinchables**

Haz tu reserva en el teléfono 620 589 487

Certamen Infantil de Dibujo sobre “La Navidad”


El Liceo Casino de Pontevedra organiza, a lo largo de cada año natural, tres concursos infantiles de dibujo para que los hijos y nietos de los socios participen sobre temas relativos a la Navidad, a los Carnavales y a las Actividades de Verano, a fin de potenciar su creatividad y de que sus dibujos sirvan como portadas de los programas que la Sociedad edita para publicitar sus actividades en esos períodos o en las revistas quincenales.

Pueden participar los niños que tengan la condición de hijos o nietos de Socios y se establecen dos categorías por edades: **de 4-7 y de 8-12**

El objeto de este certamen es la realización de dibujos directamente relacionados con La Navidad, que este año tendrán la temática de **“Bolas de Navidad”**. La técnica será libre, pudiéndose utilizar, por ejemplo, acuarelas, celas, témperas, etc.

Los interesados podrán inscribirse en las oficinas hasta el día 14 de noviembre y el concurso se desarrollará **el día 15 a las 18:00 horas.**

Solicita las bases en Secretaría.




15 de noviembre, a las 18:00 h

III CERTAMEN INFANTIL DE DIBUJO SOBRE

La Navidad

Edad: De 4 a 12 años
Bases: en Secretaría
Inscripciones : hasta el día 14 de noviembre



Alto Campoo y Grandvalira, dos opciones para los amantes de la nieve

Del 31 de enero al 2 de febrero de 2020
Estación de Alto Campoo (Cantabria)

Dos opciones para una afición que tiene muchos adeptos en el Liceo. La nieve volverá a ser protagonista y por partida doble a través de sendos viajes organizados a las estaciones invernales de Alto Campoo (Cantabria) y Grandvalira (Andorra).

Por orden cronológico, los amantes del esquí y la nieve tendrán una primera oportunidad en el viaje que tendrá lugar desde el 31 de enero al 2 de febrero de 2020 a la estación cántabra. A partir de 275 euros/persona, el precio incluye transporte, alojamiento en 1/2 pensión y forfait de 2 días, siempre que se reúna un grupo mínimo de 15 personas.

Para más información, los interesados deberán ponerse en contacto con la secretaría de la sociedad, antes del 15 de noviembre.

Precio:
por persona desde
275 €



Del 21 al 26 de febrero de 2020 Estación de Grandvalira (Andorra)

A finales de febrero de 2020, concretamente entre el 21 y el 26 de febrero, el destino elegido es la estación andorrana de Grandvalira, punto que va camino de convertirse en todo un clásico de los viajes programados por el Liceo.

En este caso el viaje se realizará en avión, con salida desde Santiago hasta Barcelona, para desde allí trasladarse en autobús a la localidad de Encamp. Con un precio estimado por persona de 810 euros (sujeto a variaciones en función de los vuelos), dicha tarifa incluye avión (tarifa plus + seguro de anulación), billetes de autobús Barcelona-Andorra ida y vuelta), alojamiento en media pensión, 4 forfaits, menús exprés en pista los 4 días, seguro de cancelación y seguro de esquí y viaje.

Como en el primer viaje, para más información, los interesados deberán ponerse en contacto con la secretaría de la sociedad.

Precio
por persona
810 €

Las fechas navideñas ya están llamando a la puerta. Son fechas llenas de compromisos y celebraciones, tanto laborales como familiares en los que se llevan la palma las cenas de empresa y de despedida de año, con amigos, familia o compañeros de trabajo.

El servicio de restauración del Liceo dispone de varias opciones en las que encontrar un lugar ideal para albergar dichas celebraciones, pero la creciente demanda hace que sea conveniente no dejar para última hora la reserva de local y menú para la ocasión.

Ponles fecha. Reserva ya para no quedarte sin sitio.

Éstas son nuestras opciones:

Cafetería "Liceo"

Situada en la planta baja de la sede social de Manuel Quiroga, nuestra Cafetería se encuentra en plena zona monumental.

Posee todos los servicios y comodidades para tomar un desayuno, un café a media mañana o cualquier otra consumición, solo o con los amigos.

A su disposición se encuentra la prensa diaria así como revistas de actualidad.

También se puede reservar para una cena o cóctel.

Además del acceso por la puerta principal tiene también acceso por la calle Don Filiberto para personas con movilidad reducida.



Restaurante “Liceo”

El restaurante “Liceo” se encuentra en la planta primera de la sede social con un aforo de trescientas personas.



Restaurante “A Caeira”

Se encuentra en el parque del mismo nombre.

Cuenta con sus dos terrazas, Boavista y Atalaya, con vistas al río Lérez y a la Ciudad.



Tiene un aforo de 200 personas en el interior del chalet y de hasta 600 personas en el exterior, en una zona techada que rodea la pista de baile.

El restaurante “A Caeira” ofrece además servicio de Menú y Carta en las comidas de domingos y festivos al precio de 16,00 euros.

Además de la oferta tradicional de de las Cenas de Viernes con Menú de 16 € dispondremos de una variedad de tapas que cambiará cada semana. Al frente de sus cocinas está el chef Rubén González que programa los menús para todo tipo de servicios.

RESERVA DE MESA:

Como el aforo es limitado es necesario realizar la reserva de mesa en el teléfono 620 589 487.

RESERVA DE EVENTOS PRIVADOS DEL SOCIO:

En ambos restaurantes, la concesionaria ofrece y organiza servicios de restauración para eventos generales de la Sociedad o para fiestas y eventos privados de los propios socios.

Si desea hacer una reserva deberá ponerse en contacto con la Secretaría de la Sociedad para estudiar disponibilidad de fechas en el teléfono 986 854 200 o a través de nuestros correos electrónicos: administracion@casinopontevedra.com o natalia@casinopontevedra.com

PROGRAMACIÓN CULTURAL



Exposición de Mercedes Nieto

Del 8 al 29 de noviembre

Bajo el título de “El Azar encauzado” del 8 al 29 de noviembre permanecerá expuesta en la Sala de Exposiciones la muestra pictórica de Mercedes Nieto “Mecha”,w que podrá visitarse en horario de lunes a sábado de 10:00 a 22:00 horas y de 10:00 a 15:00 horas los domingos y festivos.

Para Cioran, ni el mismo caos podría ser otra cosa que un sistema de desórdenes. Un caos, pues, con cara amable, parece decirnos. Al margen de la intención peyorativa del filósofo, el concepto de una convergencia de acracias federadas es una de las claves, quizá la principal, para acercarnos a la obra que Mercedes Nieto, Mecha, presenta estos días en el Liceo Casino.

Un azar encauzado. El trazo se oculta -sólo a veces se insinúa- bajo cientos de encrucijadas de color aplicado en forma de ríos, o de corrientes, o de fluidos de más o menos densidad. Parecen venir de todas partes: tanto se desploman torrencialmente desde una esquina del cuadro como brotan desde un punto profundo del lienzo, inaccesible al ojo del espectador. Y del encuentro de estas fuerzas cromáticas heterogéneas surgen, a veces, cascadas de materia volcánica incontenible y, a veces, plácidas lagunas en calma chicha; lagunas, eso sí, de insólita geografía extraterrestre.



Es el azar que discurre por el cauce que aquél ha trazado en su camino aleatorio. O el sistema que agrupa el desorden. Es la acción de la artista previa a la intención pero producto de la inteligencia. Un recital de color declamado como un poema, porque las artes se entrecruzan, diría la pintora, o, al menos, nada se lo prohíbe.

Roberto del Río



Clausura de la Exposición de Fotografía de José Antonio Fontal

Photographies d'une créateur et artiste", es el título de la exposición de fotografía que el artista ovetense José Antonio Fontal mostró en nuestra Sala de exposiciones desde el 4 de hasta el 25 de octubre en que tuvo lugar su clausura.

Con unas fotografías que tienen la particularidad de reflejar el mundo en continua evolución desde una apariencia artística, Fontal logra a través de la composición, el color, la forma y el encuadre que cada obra tenga significado propio.

A lo largo de los días en que estuvo abierta la exposición, fueron muchas las personas que se acercaron a contemplar el trabajo del artista, saliendo siempre expresando comentarios admirativos de la calidad de las obras exhibidas.

Agradecido por la excelente acogida recibida por parte de los Socios y Junta Directiva del Liceo, el artista asturiano quiso corresponder donando una de sus obras, que firmó y dedicó, denominada "Aro Níveo", que pasará a formar parte de la colección de la Sociedad.



El artista firmando la obra que dona al Liceo

“Coidemos o noso mar”, mucho más que un mensaje

Mucho se viene hablando en infinidad de foros nacionales e internacionais de la necesidad de cuidar el medio ambiente y en especial de proteger nuestros mares.

En esa labor encontramos a Manuel San Félix. Este madrileño, biólogo marino, submarinista, fotógrafo y explorador de National Geographic, desarrolla su actividad en la isla de Formentera.

Allí, desde el paraíso natural que forman las Islas Pitiusas, Manu San Félix, consigue desde su centro de buceo de Vellmarí que centenares de personas aprendan a sentirse bajo el agua en su medio natural.

Y desde ese paraíso, dentro de la labor que viene realizando por distintos colegios y sociedades de la geografía nacional, Manu San Félix acercará al Liceo, el próximo día 7 de noviembre, a partir de las 19:00 horas, tres actividades destinadas a la sensibilización ambiental marina.

Bajo el título “Coidemos o noso mar”, Manu San Félix nos acercará una exposición fotográfica compuesta por 10 imágenes impresas dedicadas a transmitir la importancia de los mares y océanos en nuestras vidas, seguida de la proyección de un documental realizado por National Geographic con el título “Salvemos nuestro Mediterráneo”.

Para terminar, el biólogo ofrecerá una conferencia sobre “La importancia de los mares y océanos en nuestra vida”.



Clausura de la Exposición de Réplicas



Velázquez, Goya, Botticelli, Gauguin, Picaso, Leonardo Da Vinci, Rubéns y muchos más adornaron con su arte las paredes de la Sala de Exposiciones del Liceo entre el 28 de octubre y el 5 de noviembre.

La muestra nos acercó obras como “El Guernica”, “ Los Fusilamientos del 2 de Mayo” “Las Meninas”, “Las Tres Gracias”, “La Maja Desnuda” o “La Gioconda” en una exposición organizada por la Asociación para el Desarrollo Educativo y Cultural (ADEC) de Pontevedra, que reunió a una veintena de réplicas en tela, en tamaño real, de las obras más influyentes de la historia del arte.



DEPORTE

El Liceo algo más que un club

Gana si puedes,
pierde si es necesario,
pero ¡nunca abandones!

TEMPORADA 2019/2020

La duración del curso 2019-2020 va de septiembre a junio.

Se impartirán clases todos los días excepto festivos y las fechas señaladas por necesidades de la Sociedad. No hay período de vacaciones.

Las inscripciones, bajas o cambios de grupo deben realizarse en la Secretaría de la Sociedad, llamando al teléfono 986 854 200 o a través del correo electrónico: administracion@casinopontevedra.com

Las bajas y cambios de grupo deben realizarse necesariamente antes del día 15 del mes anterior.



SESIÓN INDIVIDUAL EN UNA ACTIVIDAD DIRIGIDA



¿QUÉ TENGO QUE HACER PARA ASISTIR A UNA ACTIVIDAD EN LA QUE NO ESTOY INSCRITO/A?

Lee atentamente.

Para las actividades de:

- Bailoterapia
- Fitness
- Gimnasia y Salud
- Spinning
- Zumba

La reserva de la plaza se hará de modo presencial o a través del teléfono 986 873 858.

Solo se podrá reservar plaza para las clases 2 horas antes y hasta 10 minutos antes del comienzo de la misma.

El abono se realizará en la portería del pabellón.

Cuando no se pueda acudir por motivos de fuerza mayor a una actividad en la que se ha reservado plaza se comunicará para anular dicha reserva.

Precio por sesión: 2 euros.

CONCIERTOS
NOVIEMBRE

VIERNES 01

EL ÚLTIMO BURRO

TRIBUTU MANOLO GARCIA

VIERNES 08

EL TREN

TRIBUTU ROSENDOLENO

VIERNES 15

MR RIVER

BLUES-ROCK-FUSION

VIERNES 22

LA MAPA

VERSIONES POP/ROCK

VIERNES 29

EN VAYA HORA

VERSIONES ROCK

PUBLICIDAD



BAZAAR

PUB | MUSIC ROOM



Casino de Pontevedra

PLAZA DEL TEUCRO 4/6 - ZONA MONUMENTAL - PONTEVEDRA

NUESTRAS INSTALACIONES

HORARIOS Y PRECIOS

HORARIO PABELLÓN POLIDEPORTIVO Y GIMNASIO

Lunes a viernes de 08:00 a 22:30 h.

Sábados de 09:00 a 21:00 h.

Domingos y festivos de 10:00 a 13:00 h.
y de 17:00 a 21:00 h.

MONITOR EN SALA

Lunes a viernes de 09:00 a 13:00 h. y
de 17:30 a 21:30 h

Sábados de 10:00 a 13:00 h..

SAUNA

Lunes viernes de 09:00 a 14:00 y
de 16:00 a 22:15 h.

Sábados de 09:00 a 14:00 h y de 17:00 a
20:45 h.

Domingos y festivos de 10:00 a 12:45 y
de 18:00 a 20:45 h.

PRECIO

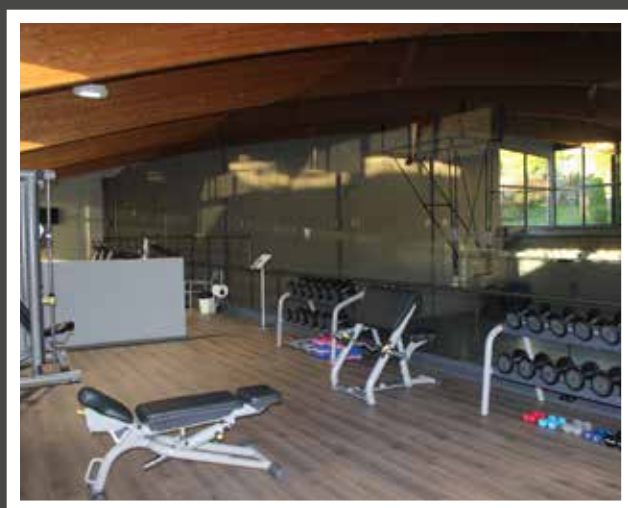
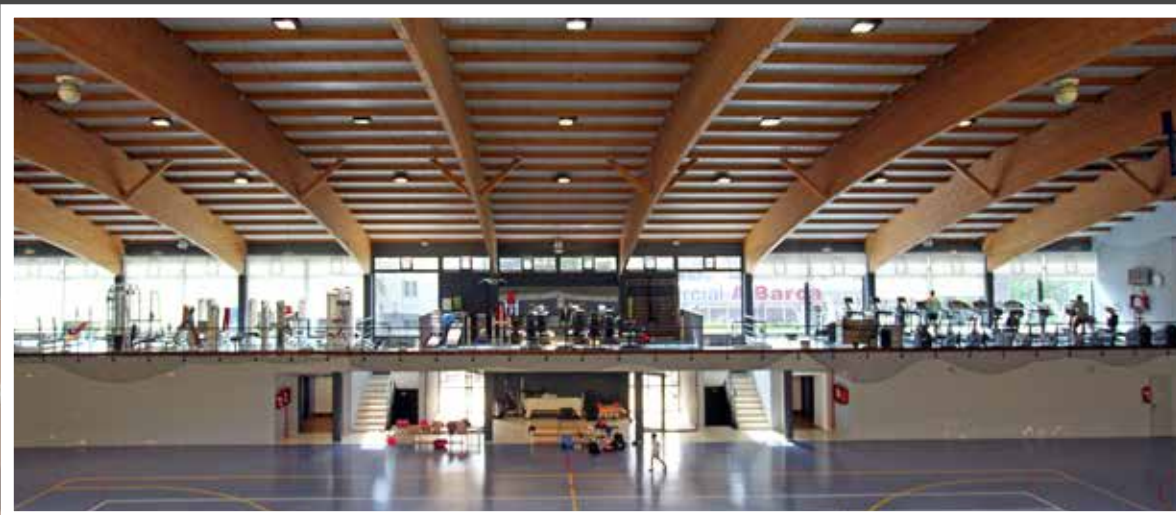
Ticket 1 sesión: 2 € a abonar en portería.

Abono mensual: 16 € / mes

(Inscripciones en Secretaría)



Programas
PERSONALIZADOS
de entrenamiento



Cursos de Suelo

	LUNES				MARTES				MIÉRCOLES				JUEVES					
09:15 10:00	SPINNING	L	9	4	PILATES COMBO	M	5	1	SPINNING	L	9	4	PILATES COMBO	M	5	1		
	PILATES	LZ	7	3		PILATES COMBO	MA	5	1	PILATES	LZ	7		3	PILATES COMBO	M	3	3
	PILATES COMBO	M	6	0		PILATES COMBO	M	3	3	PILATES COMBO	M	3		3	PILATES COMBO	M	3	3
10:00 10:45	YOGA	LZ	0	10	PILATES COMBO	M	6	0	YOGA	LZ	0	10	PILATES COMBO	M	6	0		
	PILATES COMBO	M	5	1	PILATES COMBO	MA	6	0	PILATES COMBO	M	5	1	PILATES COMBO	M	5	1		
10:45 11:30	PILATES COMBO	M	5	4	PILATES COMBO	M	4	2	PILATES COMBO	M	5	4	PILATES COMBO	M	5	4		
	PILATES COMBO	E	6	0					PILATES COMBO	E	6	0	PILATES MÁQUINA	E	6	0		
18:30 19:15	JUDO (6-11) *	L	4	6	TRX JUNIOR	M	8	2	PILATES COMBO	E	0	6	TRX JUNIOR	M	8	2		
	PILATES COMBO	E	0	6	PILATES COMBO	E	4	2	PILATES COMBO	E	0	6	PILATES COMBO	E	4	2		
19:15 20:00	FITNESS	MO	16	0	SPINNING	L	9	4	FITNESS	MO	10	0	SPINNING	L	9	4		
	HIPOPRESIVOS	LZ	8	0	BAILOTERAPIA	E	10	2	HIPOPRESIVOS	LZ	8	0	BAILOTERAPIA	E	10	2		
	PILATES COMBO	M	5	1	PILATES COMBO	M	6	0	PILATES COMBO	M	5	1	PILATES COMBO	M	6	0		
	PILATES COMBO	E	4	2	PILATES COMBO	MA	6	0	PILATES COMBO	E	4	2	PILATES COMBO	MA	6	0		
20:00 20:45	SPINNING	L	13	0	SPINNING	L	13	0	SPINNING	L	13	0	SPINNING	L	13	0		
	FITNESS	MO	12	2	FITNESS	MO	0	16	FITNESS	MO	12	2	FITNESS	MO	12	2		
	GIMNASIA Y SALUD	M	9	5					GIMNASIA Y SALUD	M	9	5						
	PILATES	LZ	9	1	BALANCE	MA	5	3	PILATES	LZ	9	1	BALANCE	MA	5	3		
	PILATES COMBO	MA	6	0	PILATES COMBO	M	6	0	PILATES COMBO	MA	6	0	PILATES COMBO	M	6	0		
	PILATES COMBO	E	6	0	PILATES COMBO	LU	6	0	PILATES COMBO	E	6	0	PILATES COMBO	LU	6	0		
20:45 21:30	SPINNING	MO	11	2	SPINNING	C	9	4	SPINNING	MO	11	2	SPINNING	MO	11	2		
	FITNESS	L	14	2	FITNESS	MO	15	1	FITNESS	L	14	2	FITNESS	L	14	2		
	ZUMBA	E	9	5	BALANCE	MA	9	-1	ZUMBA	E	9	5	BALANCE	MA	9	-1		
	PILATES	LZ	10	0	PILATES COMBO	M	6	0	PILATES	LZ	10	0	PILATES COMBO	M	6	0		
	PILATES COMBO	M	6	0	PILATES COMBO	M	6	0	PILATES COMBO	M	6	0	PILATES COMBO	M	6	0		
	PILATES COMBO	MA	6	0	PILATES COMBO	L	6	0	PILATES COMBO	MA	5	1	PILATES COMBO	MA	5	1		
21:30 22:15													SPINNING					
	FITNESS	MO	10	4	PILATES COMBO	M	6	0	FITNESS	MO	10	4	PILATES COMBO	M	6	0		
	PILATES	E	5	5					PILATES	E	5	5						
	PILATES COMBO	M	5	1	PILATES COMBO	MA	6	0	PILATES COMBO	M	5	1	PILATES COMBO	M	5	1		
													PILATES COMBO	MA	6	0		

La mayoría de los cursos de suelo van asociados a Lunes y Miércoles / Martes y Jueves.
Si lo que te interesa es un sólo día consulta en secretaría para ver los disponibles.

VIERNES			
M	5	1	SPINNING L 7 6 09:15 10:00
MA	5	1	PILATES COMBO LZ 6 0
M	6	0	
MA	6	0	TENIS A (10-15 AÑOS) 17:00 TENIS B (10-15 AÑOS) 18:00
M	4	2	TENIS A (10-15 AÑOS) 18:00 TENIS B (10-15 AÑOS) 19:00
E	6	0	TENIS A (10-15 AÑOS) 19:00 TENIS B (10-15 AÑOS) 20:00
M	8	2	
E	4	2	
L	9	4	
E	10	2	
M	6	0	
MA	6	0	FUTBITO (4-7) A 8 7 10:00 ZUMBA R 12 2 10:45
L	13	0	FUTBITO (8-15) A 9 6 10:45 11:30
MO	0	16	
MA	5	3	PILATES P 11 -1 11:30 12:15
M	6	0	
LU	6	0	PILATES MÁQUINAS P 6 0 12:15 13:00
C	9	4	
MO	15	1	TENIS A (10-15 AÑOS) 10:00 11:00
MA	9	-1	TENIS A (10-15 AÑOS) 11:00 12:00
M	6	0	
L	6	0	TENIS A (10-15 AÑOS) 12:00 11:00
MO	0	13	
M	6	0	TENIS B (10-15 AÑOS) 11:30 12:30
MA	6	0	TENIS B (10-15 AÑOS) 12:30 13:30

Precios

Los cursos de suelo con monitor van en función del número de alumnos:

Nº personas	Actividades de Suelo	
	1 día / semana	2 días / semana
3	21 € al mes	41 € al mes
4	16 € al mes	31 € al mes
5	13 € al mes	25 € al mes
6	11 € al mes	21 € al mes
7	9 € al mes	18 € al mes
8	8 € al mes	16 € al mes
9	8 € al mes	16 € al mes
10	8 € al mes	16 € al mes

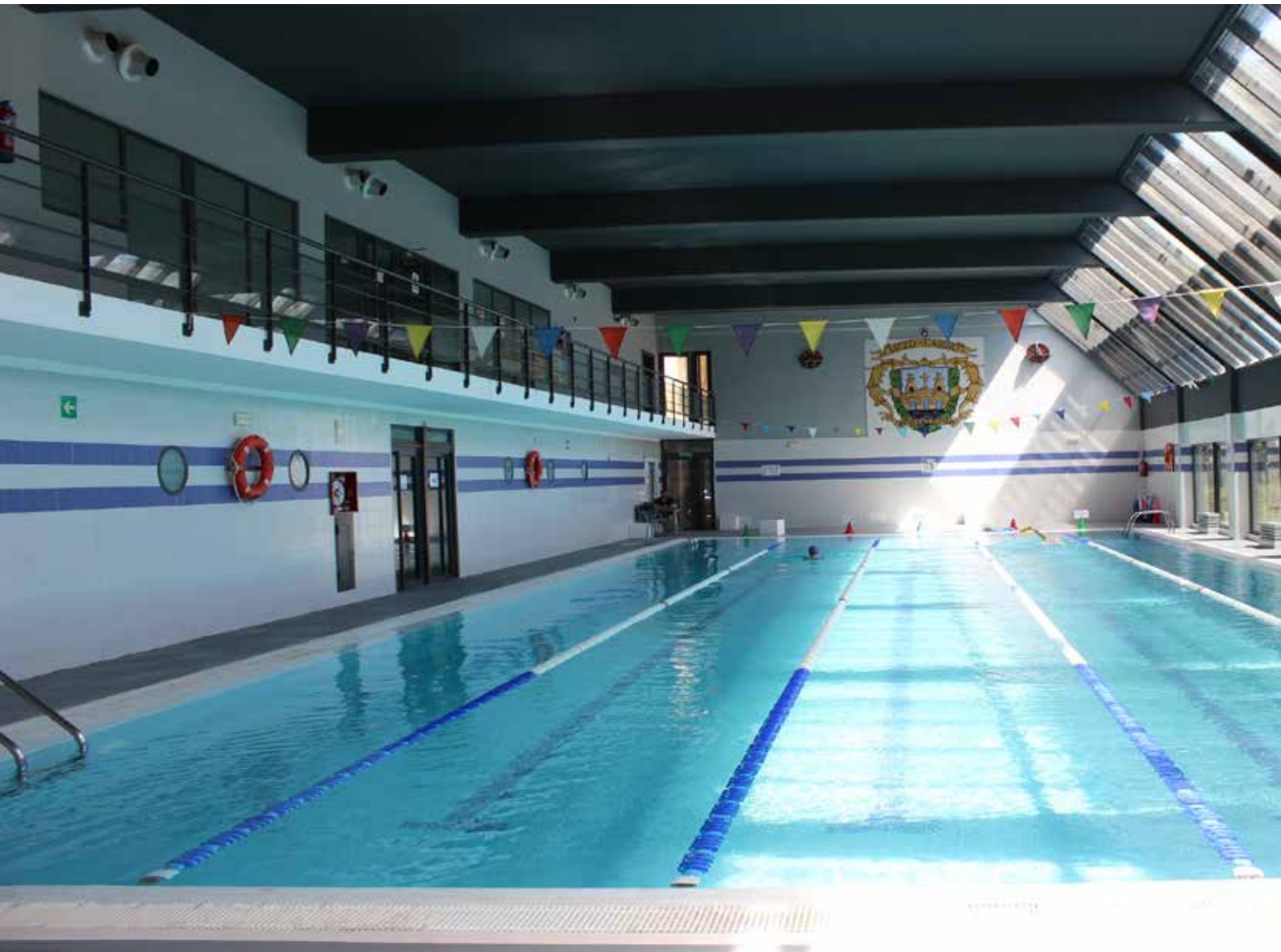
TENIS

Los viernes a partir de las 17:00 h y hasta las 19:00 h. y los sábados de 10:00 a 13:00 h. se impartirán clases de tenis.

Precio:
 1h/semana: 30 €/mes
 2h/semana: 45 €/mes
 3h/semana: 60 €/mes



ACTIVIDADES DE PISCINA



Ven y disfruta
de las ventajas de la
piscina climatizada de
agua salada



HORARIOS DE ADULTOS

Lunes a viernes de 08:00 a 22:15h.

Sábado de 09:00 a 14:45 h. y de 17:00 a 20:45 h.

Domingos y festivos de 10:00 a 12:45 h. y de 18:00 a 20:15 h.

HORARIO INFANTIL

De lunes a viernes de 16:15 a 20:00 horas.

Sábados, domingos y festivos, así como durante las vacaciones escolares, el acceso es en horario completo, siempre acompañado de un adulto.

Durante la temporada de invierno los domingos y festivos por la mañana la entrada será por el pabellón, mientras que por las tardes será por el chalet.

Cursos de natación

	LUNES	M	MARTES	M	MIÉRCOLES	M	JUEVES	M	VIERNES
8:00	Natación Libre		Natación Libre		Natación Libre		Natación Libre		Natación Libre
8:30	NAT. AVANZADA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. AVANZADA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. AVANZADA
9:15	NAT. AVANZADA	P	ACUATONO	P	NAT. AVANZADA	P	ACUATONO	P	NAT. AVANZADA
10:00	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. TERAPÉUTICA
10:45	NAT. INTERMEDIA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. INTERMEDIA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. INTERMEDIA
11:30	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. INTERMEDIA	P	NAT. TERAPÉUTICA	P	NAT. INTERMEDIA	P	ACUATONO
12:15	Natación Libre	P	Natación Libre	P	Natación Libre	P	Natación Libre	P	Natación Libre
13:00									
13:45 a 15:00	Natación Libre	C	Natación Libre	S	Natación Libre	C	Natación Libre	S	Natación Libre
15:00 a 17:00									
17:00	INF. (4-5)	C	INF. (6-8)	S	INF. (4-5)	M	INF. (6-8)	M	INF. (4-5)
	INF. (6-8)	M	INF. (9-11)	M	INF. (6-8)	C	INF. (9-11)	S	INF. (6-8)
17:45			INF. (4-5)	C			BEBÉS (6M-2A)	C	INF. (4-5)
	BEBÉS(3)	M	INF. (6-8)	S	INF. (6-8)	S	INF. (4-5)	M	INF. (6-8)
	INF. (9-11)	C	INF. (12-15)	M	INF. (9-11)	C	INF. (6-8)	S	INF. (9-11)
18:30	SINCRO (LU Y MI)	R	INF. (4-5)	C	BEBÉS (6M-2A)	M	INF. (4-5)	M	INF. (6-8)
	INF. (6-8)	C	INF. (6-8)	M	BEBÉS(3)	C	INF. (6-8)	C	INF. (9-11)
	INF. (9-11)	M	INF. (12-15)	S	INF. (4-5)	S	INF. (9-11)	S	JUV.(16-18)
19:15	SINCRO (LU Y MI)	R			SINCRO (LU Y MI)	R			INF. (6-8)
			INF. (12-15)	C	INF. (9-11)	S	INF (12-15)	C	INF. (9-11)
	JUV.(16-18)	S	INF (16-18)	S	JUV.(16-18)	C	JUV.(16-18)	S	INF(12-15)
20:00	INICIACIÓN	C			INICIACIÓN	C			
	NAT. INTERMEDIA	S	NAT. TERAPÉUTICA	S	NAT. INTERMEDIA	M	NAT. TERAPÉUTICA	S	NAT. TERAPÉUTICA
20:45	NAT. TERAPÉUTICA	C			NAT. TERAPÉUTICA	C			
			NAT. INTERMEDIA	S			NAT. INTERMEDIA	S	
	CLUB MÁSTER	S			CLUB MÁSTER	S			CLUB MÁSTER
21:30 22:15	Nat. Libre	S	Nat. Libre	S	Nat. Libre	S	Nat. Libre	S	Nat. Libre

	M	SÁBADO	M	DOMINGO
	P			
	P	Socorrismo (08:45 h.)1,25	P	
	P	INF. (4-5)	P	10 a 13 H
	P	INF. (6-8)	C	
		INF. (9-11)	R	
	P	INF. (4-5)	C	
	P	INF. (6-8)	P	
		INF. (9-11)	R	Socorrismo
	P	INF. (4-5)	A	
	P	INF. (6-8)	C	
		INF. (9-11)	R	
	P	BEBÉS (6M-2A)	C	
	P	INF. (6-8)	A	
		INF. (9-11)	R	
		INF. (4-5)	A	MONITORES
		INF. (9-11)	R	Álvaro A
		INF. (12-15)	C	Cani C
	C	Socorrismo	C	Eva E
				Lara L
				Luis LU
				Marcos M
				Marta MA
				Paula P
	S			Raquel R
	M			Sebas S
	M			
	S			18 a 21 h.
	C			
	S			
	M			
	MA			
	S	Natación Libre	MA	Socorrismo
	M			
	MA			
	S			
	S			
	S			
	S			
	LU			

NUESTROS CURSOS

En nuestra piscina climatizada de agua salada ofertamos cursos a partir de los 6 meses de edad.

Además de los cursos de iniciación y perfeccionamiento, contamos con natación terapéutica, acuatono y natación sincronizada.

Consulta el planing de actividades



NATACIÓN LIBRE

Ticket 1 sesión: 2 € a abonar en portería
BONO DE PISCINA

El bono de piscina es para toda la unidad familiar

Bono de 10 sesiones... 15 €

Bono de 20 sesiones... 30 €

PRECIO CURSO DE NATACIÓN

1 día a la semana: 12,50 € / mes

Créditos

EL LICEO

Edita

Liceo Casino de Pontevedra

Consejo asesor

Comisión de Comunicación y
Prensa

Redacción

Ramón Quintas

Natalia Crespo

Diseño y maquetación

David López

Natalia Crespo

Fotografía

Alberto Omil

Luz Ruibal

Comunicación Liceo Casino

Contenidos

Comunicación Liceo Casino

Natalia Crespo

Contacto

prensa@casinopontevedra.com

Coordinación

Natalia Crespo

Distribución

Secretaría Liceo Casino de
Pontevedra

Tel. 986 85 42 00

**Copyright © 2019 REVISTA EL
LICEO**

www.casinopontevedra.com

Todos los derechos reservados;
prohibida la reproducción
total o parcial de los artículos,
fotografías, ilustraciones y demás
contenidos sin la autorización
expresa del editor. El Liceo Casino
no se hace responsable de las
opiniones de sus colaboradores
así como del contenido de los
anuncios publicitarios pues son
responsabilidad de los firmantes.

LOCAL SOCIAL

De lunes a sábado de 09:00 a 22:30 h.
Los domingos y festivos de 09:00 a 15:00 h.

SECRETARÍA

De lunes a viernes de 09:30 a 13:30 h.
y de 17:00 a 19:00 h.
Sábado de 10:00 a 13:00 h.
(excepto los martes que permanecerá cerrada)

CAFETERÍA

MAÑANAS
De lunes a viernes mañanas de 10:30 a 14:00 h.
TARDES
De 16:30 a 21:30 h.
Domingos y festivos por la tarde cerrado.

TELÉFONOS

Local Social: 986 85 42 00
Parque de A Caeira: 986 87 38 58
Restaurante: 620 589 487

Correo electrónico:
administracion@casinopontevedra.com
natalia@casinopontevedra.com



Nuestra Cafetería en Manuel Quiroga.



Entrada de Manuel Quiroga



Oficinas en la tercera planta.



¿Tienes un rato libre?
Apúntate a una de nuestras

SESIONES INDIVIDUALES

¡RESERVA!

*hasta 10 minutos
antes de la actividad*

ACTIVIDADES

*Bailoterapia
Fitness
Gimnasia y Salud
Spinning
Zumba*



RESERVAS

Puedes reservar tu plaza para la clases que deseas, **2 horas antes** y **hasta 10 minutos** antes del comienzo de la misma.

Reservas presencial o en el T. 986 87 38 58

Precio por sesión: 2 €

Más información en SECRETARÍA

