



Ayuntamiento de Boal



Ayuntamiento de Castropol



Ayuntamiento de Grandas de Salime



Ayuntamiento de Illano



Ayuntamiento de El Franco



Ayuntamiento de Navia



Ayuntamiento de Pesoz



Ayuntamiento de Tapia de Casariego



Ayuntamiento de Vegadeo



Ayuntamiento de Villayón



COLABORAN:

Centros de Educación Especial, Infantil, Primaria y Secundaria.
Asociaciones de Hostelería.
Clubs Deportivos

INFORMACIÓN RELACIONADA DE INTERÉS:

- Google-->astursalud-->por tu salud, muévete
- Google-->actividad física - ministerio de salud

II JORNADA DE LA SEMANA SALUDABLE EN EL NOROCCIDENTE DE ASTURIAS

DEL 26 AL 31 DE OCTUBRE, 2015



Actividad promovida por el Area Sanitaria I
y las Escuelas Municipales de Salud del Área I

Invitación a los centros educativos a participar en el concurso “Imagen de la Semana Saludable del Noroccidente”. Buscamos nuestra imagen.

GRANDAS DE SALIME

Lunes 26: **Ruta de senderismo “Parque del Toural-As Campas-Parque del Toural” (APTA PARA TODA LA POBLACIÓN)** Hora y lugar de salida: **16:30 h en el parque El Toural.**

COLEGIO CPEB “EL SALVADOR” 28, 29 y 30 de octubre. **Campeonatos de baloncesto 3 x 3 en los recreos. Salida al parque con los alumnos de Secundaria para hacer deportes tradicionales.**

PESÓZ

Miércoles 28: **Ruta de senderismo “A Paicega” (APTA PARA TODA LA POBLACIÓN)** Hora y lugar de salida: **16:30 h. Inscripción previa.**

+INFO: Servicios Sociales Ayuntamiento de Boal, Illano, Pesoz y Grandas de Salime(Olga / Educadora Social) 985 620 046 olgafer33@hotmail.com. Técnica Rompiendo Distancias Alto Navia (Ángeles) 664 505 686 rompiendodistanciasaltonavia@grandasdesalime.es

VEGADEO

De lunes 26 a viernes 30 de octubre de 17:30 a 18:30 en las Instalaciones del Club: **Clases de Iniciación al Pádel para todas las edades** (Club Padelante Vegadeo-Escuela de Pádel).

Lunes 26 y jueves 29 octubre a partir de las 19:30 en el Polideportivo Municipal: **Introducción al Jiu-Jitsu Japonés Tradicional para personas adultas** (Hado Jiu-Jitsu Vegadeo).

Lunes 26 de octubre de 21:00-22:00 y de 22:00-23:00 en el Polideportivo Municipal: **Torneo Femenino y Masculino de Fútbol para mayores de 25 años** (S.D. Astur Vegadense).

Martes 27 de octubre de 17:00 a 18:00 en el Colegio Jovellanos: **Kung-Fu Infantil para niños/as a partir de los 6 años** (Eduardo Cotarelo Madariaga Cinturón Negro 2º DAN de Whushu (Kung-Fu)).

Miércoles 28 de octubre de 11:00 a 12:00h en el Colegio Jovellanos: **Zumba Jr, dirigido al alumnado del Colegio Jovellanos** (A.C. Danceo- Escuela De Danza).

Miércoles 28 y jueves 29 de octubre de 20:00 a 21:30 en el Polideportivo Municipal: **Curso Iniciación al Bádminton para personas Mayores** (Club De Bádminton Vegadeo).

Viernes 30 de octubre de 19:00 a 22:00 y sábado 31 de 20:00 a 22:00 en el Polideportivo Municipal: **Sesiones de Ciclo Indoor para todas las edades** (Ciclo Indoor Vegadeo).

Viernes 30 de octubre a las 19:00 en el Parque del Medal: **Circuito de Técnica De Control Del Balón para niños/as de 9 a 14 años** (Asociación de Veteranos de Fútbol de Vegadeo).

Sábado 31 de octubre de 11:00 a 14:00 en el Polideportivo Municipal: **Torneo de Baloncesto madres/padres contra hijos/as** (Baloncesto Vegadeo).

Sábado 31 de octubre a partir de las 12:00 en la Plaza del Ayuntamiento: **Maratón de Remo para todas las edades** (Club Remeros Del Eo).

Sábado 31 de octubre a las 16:00 en la Plaza del Ayuntamiento: **Día de la Bicicleta. Marcha Popular para todas las edades** (Sociedad Ciclo Turística Covadonga).

Carrera Solidaria abierta a toda la comunidad (IES Elisa Y Luis Villamil de Vegadeo).

Actividades Deportivas en Centros Educativos de Infantil y Primaria (Escuela Infantil de Primer Ciclo “Piyaván”, Colegio Público Jovellanos, C.R.A Ría Del Eo).

+INFO: Ayuntamiento de Vegadeo, tlf: 985.634.022 www.facebook.com/plansobredrogasvegadeo

TAPIA

Lunes 26: **“Ven a conocer el golf” / 17 h / Campo de Golf Cierro Grande de Rapalcuarto (Tapia)**

Martes 27: **Quedada Running / 20,30 h / Salida desde el Polideportivo Municipal de Tapia.**

Miércoles 28: **Taller “Como usar el Parque Biosaludable” + Caminata Saludable / 11,15 h / Área de autocaravanas de Tapia. Charla-coloquio “Enfermedades de la civilización y ejercicio físico” / 16,30h / Casa de Cultura de Tapia / A cargo de Laura Rodríguez-Vigil (Médico del Centro de Salud de Tapia)**

Jueves 29: **Taller teórico-práctico “Gimnasia Abdominal Hipopresiva” / 19 h / Polideportivo Municipal de Tapia**

Viernes 30: **Gymkana Polideportiva 3x3 (Fútbol, Baloncesto, Bádminton) / 18 h / Polideportivo Municipal de Tapia. Organiza: Faro Isla de Tapia Fútbol Sala y Real Tapia C.F.**

Sábado 31: **Exhibición y Torneo de iniciación al DiscGolf / Campo de Golf Cierro Grande de Rapalcuarto (Tapia)**

Durante la semana: “Marcha de Mangosto” organiza por el CEIP Príncipe de Asturias y Actividad deportiva por el Colegio EDES.

+INFO: Ayuntamiento de Tapia de Casariego, tfno 985 62 80 80, www.tapiadecasariego.com, Facebook: [Plan drogas Tapia](#)

CASTROPOL

AYUNTAMIENTO DE CASTROPOL. ÁREA DE DEPORTES

Exhibición de Ciclismo, Atletismo, Badminton, Fútbol sala y torneo de Fútbol sala. Del 26 al 30 de octubre.

Sábado 31: Carrera de Orientación por las calles de Castropol. Nivel iniciación. 11:00 a 12:30 horas.

CENTROS EDUCATIVOS

ESCUELA DE EDUCACIÓN INFANTIL de 0-3 años “El Turullón”.

Grupo de Bebés: manualidad para pintar sobre distintos deportes. Grupo 1-2 años: Mural. Grupo 2-3 años: Gimkana.

CRA TAPIA-CASTROPOL. **Paseos por el bosque. Programa “Dame 10”.**

CP LA PALOMA DE CASTROPOL. **Ruta de senderismo (alumnado y profesorado de 6º curso), Programa “Dame 10”.**

CLUBS DEPORTIVOS Y ASOCIACIONES

C.D.E. Marino de As Figueiras. **Partido de Fútbol Sala especial “II Semana de la Salud”. Polideportivo de Barres.**

CLUB DE MAR DE CASTROPOL. **Exhibición en el CP La Paloma.**

BALLET DEL OCCIDENTE. **Actuación. Sábado 31 Casa de Cultura de Castropol. 19:00 horas.**

+INFO: Ayuntamiento de Castropol, tfno: 985 63 50 01, www.castropol.es

EL FRANCO

CENTROS EDUCATIVOS. **Actividades deportivas y pinchos saludables.**

Lunes 26: **Danza del vientre y Danza Moderna.**

Viernes 30: **Gimnasia rítmica y Quedada BTT.**

Aerobic los días 26 y 28.

Zumba los días 27 y 29.

Paseos los días 27, 29 y 30 octubre.

Gimnasia de mantenimiento los días 27 y 29.

Yoga del 26 al 29 de octubre

Exhibición conjunta de actividades (aerobic, zumba, danza del vientre,danza moderna y yoga) el sábado 31 de octubre en el polideportivo Uruguay.

Restaurantes y bares ofrecerán menús y pinchos saludables

+INFO: Ayuntamiento de El Franco, tfno. 985.47.86.01, www.elfranco.es

NAVIA

Lunes 26: **Partido de fútbol por la salud.** COLEGIO SANTO DOMINGO (NAVIA) Previamente se explicará en clase la importancia del ejercicio físico para la salud, EDUCACIÓN PRIMARIA (de 2º a 6º de EP)

Miércoles 28: **Mini cross por parejas.** COLEGIO PÚBLICO RAMÓN DE CAMPOAMOR

Viernes 30: **Caminando seguro al cole,** COLEGIO PÚBLICO PEDRO PENZOR (PUERTO DE VEGA)

AYUNTAMIENTO DE NAVIA, Programa viernes alternativo (polideportivo)

Viernes 30: **Exhibición de Chi kung. 22h:00 a 01:00 H.**

+INFO: Ayuntamiento de Navia, tfno985 631 642 / 626 961 973, www.ayto-navia.es

BOAL

Martes 27: **Ruta de senderismo “CARRETERA DE VILLANUEVA” (APTA PARA TODA LA POBLACIÓN)** Hora y lugar de salida: **16:30 h delante del Ayuntamiento.**

CPEB CARLOS BOUSOÑO: **Etapas:** infantil: “Caminata por el bosque encantado”. Etapa primaria: “Sigue a la pita ecológica”. Etapa de secundaria y bachillerato: “Semana de préstamo de material deportivo”

ILLANO

Jueves 29: **Ruta de senderismo “Área Recreativa de Folgueirou” (APTA PARA TODA LA POBLACIÓN)** Hora y lugar de salida: **16:30 h en el Centro de Interpretación de El Folgueirou.**

+INFO: Servicios Sociales Ayuntamiento de Boal, Illano, Pesoz y Grandas de Salime(Olga / Educadora Social) 985 620 046 olgafer33@hotmail.com.

Técnica Rompiendo Distancias Alto Navia (Ángeles) 664 505 686 rompiendodistanciasaltonavia@grandasdesalime.es

VILLAYÓN

Lunes 26: **Gymkana saludable** Deporte Saludable. Juegos Populares .CRA DE VILLAYÓN (colegios de Villayón, Concarnoso y Busmente) Infantil, primaria y secundaria

HOSTELERÍA DE VILLAYÓN. **MENU SALUDABLE** del 26 al 1 de noviembre de 2015

+INFO: Ayuntamiento de Villayón, Rosana tfno. 985 625 051 / 625 144 037