

Quina moguda! 2026-2027

NOVES ACTIVITATS

**AFA i AMPA dels centres docents,
entitats esportives, artístiques,
culturals, de lleure...
de Palamós**



Quina moguda us espera!

Amb l'arribada d'un nou curs també arriba el moment de descobrir noves aficions, fer amistats, viure experiències i gaudir d'activitats que van molt més enllà de l'aula.

Les propostes que trobareu en aquest catàleg estan pensades per enriquir el temps lliure, afavorir la participació i crear oportunitats de creixement per a infants, joves i famílies. Són espais per aprendre, compartir, descobrir talents, crear vincles i formar part activa de la vida del municipi.

Us convidem a explorar totes les propostes, trobar aquella que més us engresqui i prepararvos per a un curs ple d'aprenentatges, emocions i noves aventures.

Per a qualsevol dubte o consulta, podeu contactar directament amb les entitats a través de les dades de contacte que trobareu al catàleg. També podeu escriure'ns a **ciutateducadora@palamos.cat**.

**Obre el catàleg,
tria la teva activitat i...
que comenci la moguda!**

► **Acollida matí**

De dilluns a divendres, de 8:00 a 9:00 h

Preu: 35€/mes (descompte per germans). Servei eventual: 3€/dia

Educació infantil (I3, I4 i I5)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► **Multiesport**

De dilluns a dijous, de 16:00 a 17:00 h

Preu: 1 dia/setmana: 18€/mes

► **Fun in English**

Dimarts de 16:00 a 17:00 h

Preu: 32€/mes

► **Salta i Balla**

Dimecres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 20€/mes

► **Patinatge**

Dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 20€/mes (a partir d'I5)

► **Futbol Sala**

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 20€/mes

► **Màgia**

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 25€/mes (1r trimestre)

► **Tambors**

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 25€/mes (2n trimestre)

► **Teatre**

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 25€/mes (3r trimestre)

Educació Primària (1r a 6è)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Multiesport

De dilluns a dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 1 dia/setmana: 18€/mes (1r a 3r)

► Futbol Sala

Dilluns i dimecres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 1 dia/setmana: 20€/mes (1r a 6è)

► Fun in English

Dilluns de 16:00 a 17:00 h

Preu: 1 dia 32€/mes (3r a 6è)

Dimarts de 16:00 a 17:00 h

Preu: 1 dia 32€/mes (1r i 2n)

► Mekanografia

Dilluns de 16:00 a 17:00 h

Preu: 37€/mes (3r a 6è)

► Salta i Balla

Dimecres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 20€/mes (1r i 2n)

► Patinatge

Dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 20€/mes

► Espai d'Estudi

Dimarts i dijous, de 16:00 a 17:00 h

Preu: 2 dies: 40€/mes (3r a 6è)

1 dia: 30€/mes (3r a 6è)

► Màgia

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 25€/mes (1r trimestre)

► Tambors

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 25€/mes (2n trimestre)

► Teatre

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 25€/mes (3r trimestre)

Educació Secundària (1r a 4t ESO)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Mecanografia

Dilluns de 16:00 a 17:00 h

Preu: 37€/mes

► Futbol Sala Mixt

Dimarts de 16:00 a 17:00 h (1r i 2n ESO)

Dijous de 16:00 a 17:00 h (3r i 4t ESO)

Preu: 20€/mes

► Grup d'Estudi

Dimarts i dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 2 dies: 40€/mes

► Reforç de Matemàtiques

Dilluns i dimecres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 2 dies: 40€/mes

► Korfball

Dimecres de 16:00 a 17:00 h (1r i 2n ESO)

Divendres de 16:00 a 17:00 h (3r i 4t ESO)

Preu: 20€/mes

► Robòtica

Divendres, de 16:00 a 17:00 h

Preu: 37€/mes

—

Nota: els preus indicats són per a famílies sòcies.

Les famílies no sòcies tenen un increment del 50%.

Consulteu la informació completa sobre calendaris i inscripcions al web de l'AFA Vila-romà www.afavilaroma.cat/extraescolars o a través de l'adreça info@afavilaroma.cat



AMPA La Vila - Palamós

Carrer Foment, 18 - 20 - 17230 Palamós

Web: AMPA La Vila - lavila.ampa@gmail.com

► Acollida matí i migdia

De dilluns a divendres de 7:30 a 8:30 h

i de 12:00 a 13:00 h

Preu: 35€/mes. Descompte per germans

Servei eventual: 3€/dia

Educació infantil (I3, I4 i I5)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Eco-Art

Dilluns de 16:00 a 17:00 h

Preu: 160€/curs (+25€ material)

► Dibuix i pintura

Dimarts de 12:00 a 13:00 h

Preu: 160€/curs (+25€ material)

► Futbol Sala

Dimarts de 16:00 a 17:00 h

Preu: 150€/curs

► Anglès

Dimecres de 12:00 a 13:00 h

Preu: 256€/curs (+30€ material)

► Funky Infantil

Dimecres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 144€/curs

► Multiesports

Dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 144€/curs

► Tambors

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 200€/curs

► Patinatge

Dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 20€/mes - 160€/curs

Educació Primària (1r a 6è)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Mecanografia

Dilluns de 12:00 a 13:00 h

Preu: 256€/curs (3r a 6è)

► Eco-Art

Dilluns de 16:00 a 17:00 h

Preu: 160€/curs (+25€ material)

► Futbol Sala

Dilluns i dimecres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 1 dia: 160€, 2 dies: 280€

► Funky

Dimarts de 16:00 a 17:15 h

Preu: 150€ (1r a 3r)

Dilluns i dijous de 16:00 a 17:15 h

Preu: 1 dia: 150€/curs o 2 dies: 220€/curs (4t a 6è)

► Dibuix i pintura

Dimarts de 12:00 a 13:00 h

Preu: 160€/curs (+25€ material)

► Korfbal

Dimecres, de 12:00 a 13:00 h

Preu: 48€/trimestre (3r a 6è)

► Anglès

Dimarts de 16:00 a 17:00 h (4t a 6è)

Divendres de 16:00 a 17:00 h (1r a 3r)

Preu: 256€/curs (+30€ material)

► Patinatge

Dimecres de 12:00 a 13:00 h

Preu: 160€/curs

► Robòtica

Dijous de 12:00 a 13:00 h

Preu: 296€/curs

► Multiesports

• Dijous de 16:00 a 17:00 h

Preu: 144€/curs (1r a 3r)

Educació Primària (1r a 6è)

► Escacs

Divendres de 12:00 a 13:00 h

Preu: 144€/curs (3r a 6è)

► Tambors

Divendres de 16:00 a 17:00 h

Preu: 200€/curs

Educació Secundària (ESO)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Funky

Dijous de 17:15 a 18:30 h

Preu: 1 dia a la setmana: 150€/curs

Per a adults

► Zumba

Dijous de 18:30 a 19:30 h

Preu: 1 dia a la setmana: 150€/curs

—

Nota: els preus indicats són per a famílies sòcies de l'AMPA.
Les famílies no sòcies tenen un increment del 20%.

Consulteu la informació completa sobre calendaris i inscripcions
al web de l'AMPA La Vila - Palamós

<https://agora.xtec.cat/escolalavilapalamos/ampa>

o a través de l'adreça **lavila.ampa@gmail.com**



Vedruna Palamós

AFA Vedruna - Palamós

Vedruna Xaloc: Carrer Xaloc, 22 - 17230 Palamós
ampavedrunapalamos@gmail.com

Vedruna Xaloc

► Acol·lida matí i tarda - Educació Infantil i Primària

De dilluns a divendres de 8:00 a 9:00 h i de 17:00 a 18:00 h

Preu anual: 135€/1 nen, 180€/2 germans

Preu trimestral: 45€

Mensual esporàdic: 15€/1 nen, 20€/2 germans

Dia esporàdic: 2€

Educació Infantil (I3, I4, I5)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Biblioteca

De dilluns a divendres de 17:00 a 18:00 h

► Espai de música

Coral: divendres de 14:00 a 15:00 h

Sensibilització: dimecres de 14:00 a 15:00 h (I4 i I5)

Preus: a consultar

► Anglès Oliver's Academy

Dilluns de 14:00 a 15:00 h (I3 i I4)

Dimarts de 14:00 a 15:00 h (I4 avançat i I5)

Preu: a consultar

► Patinatge

Dilluns i dijous de 13:45 a 15:00 h (I5)

Preu: 1 dia 190€/curs, 2 dies 250€/curs

Educació Primària (1r a 6è)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Biblioteca

De dilluns a divendres de 17:00 a 18:00 h

► Escacs

Dilluns de 14:00 a 15:00 h

Preus: 260€/curs

Educació Primària (1r a 6è)

► Anglès Oliver's Academy

1r i 2n: divendres de 14:00 a 15:00 h

3r i 4t: dijous de 14:00 a 15:00 h

5è i 6è: dimecres de 14:00 a 15:00 h

+ Classes particulars

Preu: a consultar

► Espai de música

- Iniciació i Llenguatge musical

- Instruments

- Coral

- Combo musical

Horaris i preus: a consultar

► Patinatge

1r: dilluns de 13:45 a 15:00 h

2n, 3r, 4t: dimarts de 13:45 a 15:00 h

5è, 6è: divendres de 14:00 a 15:00 h

2n dia: 1r-4t dijous; 5è-6è dimecres

Preu: 1 dia: 190€, 2 dies: 250€

► Mecanografia

Dimarts de 17:15 a 18:15 h

Preu: 1h/setmana: 30€/mes

► Teatre:

Dijous de 14:00 a 15:00 h

Preu: 190€/curs (3r a 6è)

► Tastets de Cultura catalana

Dimecres de 14:00 a 15:00 h

Preus: a consultar

Educació Secundària i Batxillerat

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Mecanografia

Dimarts i dijous de 17:15 a 18:15 h

Preu: 1h/setmana: 30€/mes

► Anglès Oliver's Academy

De 1r a 4t ESO i Batxillerat

+ Classes particulars

Horaris i preus: a consultar

► Robòtica

Dimarts i dijous de 17:00 a 18:00 h

Preu: 260€/curs (1r a 4t ESO)

► Patinatge

Dimecres de 13:45 a 15:00 h

Divendres de 14:00 a 15:00 h

Preu: 1 dia: 190€, 2 dies: 250€

Per a mares i pares

► Anglès Oliver's Academy

• Classes en grup al migdia

• Classes en grup

• Classes particulars

• Taller de conversa

Horaris i preus: a consultar

—

Consulteu la informació completa sobre calendaris i inscripcions al web de l'AFA Vedruna - Palamós www.ampavedrunapalamos.cat o a través de l'adreça ampavedrunapalamos@gmail.com



Vedruna Palamós

AFA Vedruna - Palamós

Vedruna Centre: Carrer Hospital, 5 - 17230 Palamós

secretaria@vedrunapalamos.org

Tel. 972 314 236

Vedruna Centre

► Acol·lida matí - Educació Infantil

De dilluns a divendres de 7:55 a 8:55 h

Preu anual: 135€/1 nen, 180€/2 germans

Preu trimestral: 45€

Mensual esporàdic: 15€/1 nen, 20€/2 germans

Dia esporàdic: 2€

Educació Infantil (I3, I4, I5)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Manualitats

Dilluns de 13:50 a 14:50 h

Preu: 190 €/curs

► La Fàbrica de la Dansa

Dimarts de 13:50 a 14:50 h

Preu: 200 €/curs

► Teatre

Dimarts de 17:00 a 18:00 h

Preu: 190 €/curs

► Lego WeDo

Dimecres de 13:50 a 14:50 h

Preu: 190 €/curs

► Cuinetes

Dimecres de 17:00 a 18:00 h

Preu: 190 €/curs

► Multiesport Kids

Dijous de 17:00 a 18:00 h

Preu: 190 €/curs

► Contacontes

Divendres de 13:50 a 14:50 h

Preu: 190 €/any

Educació Infantil (I3, I4, I5)

► Espai de música:

- Sensibilització
- Coral
- Horaris i preus a consultar
- Take OFF and speak

Horaris i preus: a consultar

Educació Primària (1r a 6è)

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Google Lab

Dilluns de 17:15 a 18:15 h

Preu: 190 €/any

► Club Kawaii

Dimarts de 13:50 a 14:50 h

Preu: 190 €/any (3r a 6è)

► Patinatge

Dimarts de 17:15 a 18:15 h

Preu: 190 €/any

► Tennis Taula

Dimecres de 13:50 a 14:50 h

Preu: 190 €/any (3r a 6è)

► Escacs

Dimecres de 17.15 a 18.15 h

Preu: 260 €/any

► La Fàbrica de la Dansa

Dijous de 13.50 a 14.50 h

Preu: 200 €/any

► Futbol Sala

Dijous de 13.50 a 14.50 h

Preu: 190 €/any

► Teatre

Divendres de 13.50 a 14.50 h

Preu: 190 €/any (3r a 6è)

Educació Primària (1r a 6è)

► Multiesport

Divendres de 17.15 a 18.15 h

Preu: 190 €/any

► Mecanografia

Divendres de 17.15 a 18.15 h

Preu: 1h a la semana 30 €/mes

► Club de Bàsquet

1r i 2n: dimarts i divendres de 17:00 a 18.30 h

Preu: 375 €/any

3r i 4t: dimecres i divendres de 17:00 a 18.30 h

Preu: 425 €/any

► Espai de música

- Iniciació i Llenguatge musical
- Instruments
- Coral

Horaris i preus: a consultar

► Take OFF and speak

Horaris i preus: a consultar

Secundària, Batxillerat i per a mares i pares

ACTIVITATS EXTRAESCOLARS

► Take OFF and speak

- 1 hora per semana
- 1 ½ hores per semana
- 2 hores per semana
- 1 hora per semana migdia
- 2 hores per semana migdia

Horaris i preus: a consultar

—

Consulteu la informació completa sobre calendaris i inscripcions al web de l'AFA Vedruna - Palamós www.ampavedrunapalamos.cat o a través de l'adreça ampavedrunapalamos@gmail.com

Agrupament Escolta i Guia Palamosí

► **Lleure educatiu per a infants i joves amb activitats formatives, de convivència i contacte amb la natura**

A partir de 8 anys

Caps de setmana d'octubre a maig

Preu: consultar

Info: palamosi@escoltesiguies.cat

Instagram: @aeigpalamosi

Adreça: carrer Dídac Garrell i Tauler, 10 - 17230 Palamós

Cercle artístic de Palamós

► **Classes de dibuix i pintura per a infants**

De 7 a 14 anys

Dilluns de 17:00 a 18:00 h

Preu: a consultar

Info: cercleartisticpalamos@gmail.com

Telèfon: 972 314 441 / 676 204 241

Classes de Teatre – Teatre Jove

► **Activitats teatrals per a joves i adults**

De 12 a 30 anys

Dimarts, a partir del mes d'octubre

Preu: gratuït

Info: puntjove@palamos.cat

Assessorament per el Treball de Recerca de Batxillerat

► **Servei gratuït de suport, orientació i resolució de consultes per a l'elaboració del Treball de Recerca**

Del 15 de gener al 30 de maig,

dijous de 15:00 a 18:00 h amb cita prèvia

Preu: gratuït

Info: arxiumunicipal@palamos.cat

Whatsapp: 608 13 07 56

Arts marcial

► Club Esportiu Bujinkan Palamós

A partir de 13 anys

Dimarts i dijous de 20:00 a 21:30 h

Preu: no hi ha quota

Info: 600 006 990 - info@bujinkantenchimon.com - bujinjordi@hotmail.com

www.bujinkantenchimon.com

Atletisme

► Associació Atlètica Palamós

Escola d'atletisme

Dilluns de 17:30 a 18:30 h

Dimecres de 17:30 a 19:15 h

Inclou desplaçament a la pista d'atletisme de Palafrugell

Preu: de 140 a 220€, segons dies d'activitat i edat

Info: aapalamos@gmail.com

Instagram: @aapalamos

Grup running

A partir de 16 anys

Dilluns i dimecres de 18:45 a 20:00 h

Preu: des de 220€/any

Info: aapalamos@gmail.com

Instagram: @aapalamos

Voleibol

► Vedruna centre

Iniciació al vòlei (5è i 6è)

Dimecres i divendres 17.00 a 18.30 h

Preu: 350 €/curs

Modalitat extraescolar (1r-4t ESO)

Dimecres i divendres 15.30 a 17.00

Preu: 350 €/curs

Modalitat amb competició (Cadet/Júnior)

Dimecres i divendres 15.30 a 17.00 h

Preu: 400 €/curs

Info: 618 928 525

Volei@vedrunapalamos.org

@voleibol_vedruna_palamos

Bàsquet

► Club Esportiu Palamós

A partir de 6 anys

Dilluns, dimecres i divendres de 17:00 a 21:30 h,
segons categoria (temporada d'agost a maig)

Preu: a partir de 350€/curs

Info: 646 846 147 - ce.palamos2@gmail.com

► Club de bàsquet Vedruna Palamós

Info: 689 492 642 - basquet@vedrunapalamos.org - @cbvedrunapalamos

Vedruna Xaloc

Multiesport (I3, I4, I5)

Dilluns i dimecres de 17:00 a 18:15 h

Preu: 350€/curs

Iniciació al bàsquet (I5)

Dimecres i divendres de 17:00 a 18:15 h

Preu: 350€/curs

Escola de bàsquet (1r i 2n)

Dimarts i dijous de 17:00 a 18:30 h

Preu: 375€/curs

Pre-Mini Xaloc (3r i 4t)

Dimarts i dijous de 17:00 a 18:30 h

Preu: 425€/curs

Mini masculí blanc i femení (5è i 6è)

Dilluns, dimecres i divendres de 17:00 a 18:30 h

Preu: 450€/curs

Mini Masculí vermell (5è i 6è)

Dilluns, dimecres de 17:00 a 18:30 h

Dijous de 13:00 a 14:00 h

Preu: 450€/curs

Infantil Masculí (2n d'ESO)

Dilluns de 17:15 a 18:30 h

Dimecres de 18:15 a 19:30 h

Preu: 475€/curs

Infantil Femení (2n d'ESO)

Dilluns de 18:30 a 20:00 h

Dijous de 18:30 a 19:45 h

Preu: 475€/curs

► Club de bàsquet Vedruna Palamós - Vedruna Xaloc

Cadet femení (3r i 4t d'ESO)

Dilluns de 18:30 a 20:00 h

Dimarts de 18:15 a 19:30 h

Preu: 500€/curs

Cadet Masculí (3r i 4t d'ESO)

Dimecres de 19:30 a 20:45 h

Divendres de 18:15 a 19:30 h

Preu: 500€/curs

Júnior masculí (1r i 2n batx.)

Dimarts, dimecres, i divendres de 19:30 a 20:45 h

Preu: 525€/curs

Veterans

Dijous de 20:45 a 22:00 h

Preu: 100€/curs

Vedruna Centre

Escola de bàsquet (1r i 2n primària)

Dimarts i divendres de 17:00 a 18:30 h

Preu: 375€/curs

Pre-Mini (3r i 4t primària)

Dimecres i divendres de 17:00 a 18:30 h

Preu: 425€/curs

Infantil Masculí (2n d'ESO)

Dijous de 17:15 a 18:45 h

Preu: 475€/curs

Infantil Femení (2n d'ESO)

Dimecres de 18:15 a 19:30 h

Preu: 475€/curs

Cadet Masculí (3r i 4t d'ESO)

Dimarts de 18:30 a 20:00 h

Preu: 500€/curs

Cadet femení (3r i 4t d'ESO)

Dijous de 18:30 a 19:45 h

Preu: 500€/curs

Programa Fitjove

► Palamós Jove

Activitats esportives regulars sense necessitat de federar-se, adreçades a joves.

De 12 a 18 anys

Horaris i activitats: a consultar

Inscripcions: www.palamosjove.cat/fitjove

Contacte: Punt Jove / 629 80 28 71 / 616 18 86 10

Esport Adaptat Inclusiu

► Associació POTS

Activitats esportives i de lleure adaptades per a infants, joves i adults amb necessitats de suport, promovent la inclusió, l'autonomia i el benestar.

Temporada: d'octubre a juny amb dies i horari a concretar

Preus: a concretar segons activitat

Contacte: Associació Pots 653 201 089

Correu electrònic: associacio.pots@gmail.com

Web: www.associaciopots.cat

Instagram: @associaciopots

Modalitats

Natació adaptada al medi

Totes les edats

Natació inclusiva

Totes les edats

Espai POTS

Reforç motriu i entrenament personal adaptat

Dansa inclusiva

Apartir de 12 anys

Futbol

► Club Futbol Global Palamós

El Fútbol Club Global Palamós ofereix una formació esportiva i educativa en un entorn de valors, treball en equip i diversió. L'objectiu és fomentar el desenvolupament personal i esportiu dels infants i joves a través del futbol, des de l'Escoleta fins a la categoria Sènior.

- Entrenaments a les tardes, de dilluns a divendres, segons la categoria
- Possibilitat de pagament en dos terminis
- Descompte del 10% per pagament íntegre abans de l'1 d'octubre de 2026

Contacte: 696 102 399

Correu electrònic: coordinadorglobalpalamos@gmail.com

Web: fcglobalpalamos.com

Escoleta (2022-2021)

Preu: 300€

Prebenjamí (2020-2019)

Preu: 350€

Benjamí Consell (2018-2017)

Preu: 410€

Benjamí Federació (2017)

Preu: 410€

Aleví (2016-2015)

Preu: 460€

Infantil (2014-2013)

Preu: 460€

Cadet (2012-2011)

Preu: 460€

Juvenil (2010-2008)

Preu: 460€

Femení

Preu: 275€

Tecnificació

Preu: 325€

Sènior (2007 i anteriors)

Preu: a consultar

► Palamós Club De Futbol - Futbol Base

Benjamí i Aleví B

Dimarts i dijous de 17:00 a 18:30 h

Aleví A i Infantil

Dimarts i dijous de 18:30 a 20:00 h

Cadet i Juvenil

Dimarts i dijous de 20:00 a 21:30 h

Contacte: 650 329 661

Correu electrònic: fsalapalamos@gmail.com

Futbol sala

► Club Futbol Sala Palamós

Club esportiu dedicat a la formació i pràctica del futbol sala per a infants i joves, des de categoria prebenjamí fins a juvenil.

De 6 a 18 anys

Dimarts i dijous, de 17:00 a 21:00 h

Juvenil

Divendres, de 19:30 a 21:00 h

Preu: 390€/any

Contacte 650 329 661 (Esteban Soto, secretari/coordinador)

Correu electrònic: fsalapalamos@gmail.com

Web: fsalapalamos.com

Judo

► Club de Judo Palamós

Temporada: setembre a juny (dates a concretar)

De 5 a 8 anys

Dilluns i dimecres de 17:30 a 18:30 h

Preu: 25€/mes

De 9 a 12 anys

Dilluns i dimecres de 18:30 a 19:30 h

Preu: 30€/mes

De 13 anys i adults

Dilluns, dimecres i divendres de 19:30 a 21:00 h

Preu: 35€/mes

Contacte: 688 988 831

Correu electrònic: clubjudopalamos@gmail.com

Web: judo-palamos.org

Kickboxing i Krav Magá

► KM Costa Brava

Activitats d'arts marcial orientades al desenvolupament físic, la disciplina, la coordinació i l'autodefensa.

Kickboxing a partir de 4 anys

Dimarts i dijous de 17:30 a 18:30 h

Krav Magá Adults a partir de 16 anys

Dimarts i dijous de 15:30 a 16:30 h

i dissabte de 9:30 a 10:30 h

Preu: 35€/mes. Matrícula primer any: 100€ (inclou matrícula, federació, exàmens, assegurança i equipament)

Contacte: 600 533 908. Correu electrònic: kmcostabrava@gmail.com

Natació

► Club Natació Palamós

Formació i pràctica de la natació en diferents nivells, amb seccions d'escola, competició i activitats per a adults.

Activitats adreçades a infants, joves i adults

Nivells adaptats segons edat i experiència

Preu: a consultar

Contacte: 634 472 805

Correu electrònic: oficinacnpalamos@gmail.com

Web: clubnataciopalamos.cat

Instagram: #club_natacio_palamos

Patinatge artístic sobre rodes

► Patinatge Club Palamós

Activitat de patinatge artístic adreçada a infants, joves i adults, adaptada als diferents nivells d'aprenentatge i perfeccionament.

A partir de 3 anys (infantil), a partir de 18 anys (adults)

Infantil

Dilluns i dimecres de 17:15 a 20:00 h

Dimarts, dijous i divendres de 16:30 a 20:00 h

Adults

Dilluns i dimecres de 19:30 a 21:00 h

Preu: a consultar

Correu electrònic: patinatgeclubpalamos@gmail.com

Web/Xarxes: Facebook Patinatge Club Palamós

Instagram: @patinatge_club_palamos

Rem

► Club de Rem Palamós

A partir de 12 anys

Horari: variable segons equips

Preu: a consultar

Correu electrònic: clubderempalamos@hotmail.com

Gimnàstica rítmica

► Club de Gimnàstica Rítmica Costa Brava

Iniciació Minis (I3, I4, I5)

Divendres 16:15 a 17:15 h

Iniciació 1 (1r a 6è primària)

Dimarts i dijous de 17:15 a 18:15 h

Competició 1 (segons nivell)

Dimarts i dijous de 18:15 a 20:15

Competició 2 (segons nivell)

Dilluns, dimecres i divendres de 18:15 a 20:15 h

Competició 3 (segons nivell)

Dilluns, dimecres i divendres de 17:15 a 20:15 h

i dissabte de 10:00 a 13:00 h

Preu: a consultar

Contacte: 652 061 287 / 689 074 235

Correu electrònic: ritmicacostabrava@gmail.com

Tir amb arc

► Club de Tir amb Arc Costa Brava 3D

El club ofereix formació en tir amb arc per a totes les edats, amb modalitats individuals i familiars.

Horari: A convenir.

Preus mensuals:

- Adults: 15€/mes
- Menors de 18 anys: 10€/mes
- 1 Adult + 1 menor (família): 20€/mes (estalvi de 5€/mes)
- 2 Adults (família): 25€/mes (estalvi de 5€/mes)
- 2 Adults + 1 menor (família): 30€/mes (estalvi de 10€/mes)

Contacte: 639 304 415

Correu electrònic: costabrava3D@gmail.com

Web: Club Costa Brava 3D

Vela

Tir amb arc

► Club de Tir amb Arc Costa Brava 3D

El club ofereix formació en tir amb arc per a totes les edats, amb modalitats individuals i familiars.

Horari: A convenir.

Preus mensuals:

- Adults: 15€/mes
- Menors de 18 anys: 10€/mes
- 1 Adult + 1 menor (família): 20€/mes (estalvi de 5€/mes)
- 2 Adults (família): 25€/mes (estalvi de 5€/mes)
- 2 Adults + 1 menor (família): 30€/mes (estalvi de 10€/mes)

Contacte: 639 304 415

Correu electrònic: costabrava3D@gmail.com

Web: Club Costa Brava 3D

Vela

► Club Nàutic Costa Brava Vela Palamós

Activitats de vela per a nens i joves, combinant esport i aprenentatge en el medi aquàtic.

De 7 a 16 anys

Dissabtes i diumenges de 10:00 a 13:00 h
(dos caps de setmana al mes)

Preu: un dia a la setmana 230€/curs

Preu: dos dies a la setmana 320€/curs

Contacte: 972 315 871

Correu electrònic: cvp@cvpalamos.org

Web: Club Vela Palamós

Instagram: @velapalamos

Quina moguda! 2026-2027

NOVES ACTIVITATS

**AFA i AMPA dels centres docents,
entitats esportives, artístiques,
culturals, de lleure...
de Palamós**

