

Mayores

**2016
2017**

**CURSOS
& TALLERES**

cursos y talle- res para mayores

BATUKA

Monitora: África Sabugueiro
M/J 9.00-9.45 h./9.50-10.35 h./10.40-11.25 h.
Centro Municipal de Mayores (salón)

BILLAR

Monitor voluntario: José Ruiz González
L o X 10.00-11.00 h.
Centro Municipal de Mayores (sala billar)

CORO

Monitor voluntario: Pablo Gurrea
L/X 11.15 a 12.30 h.
Centro Municipal de Mayores (sala 3)

CUENTACUENTOS

Monitora voluntaria: María Ángeles López
V 10.00 a 11.30 h.
Centro Municipal de Mayores (sala 3)

ENTRE COSTURAS

Monitora voluntaria: M^a José Cerdán García
M 16.00-19.00 h.
V 10.00-13.00 h.
Centro Municipal de Mayores (sala 7)

GIMNASIA CON APARATOS

Monitores voluntarios: Jacinto Sabugueiro, Rafael Martín, Isi Hervías y Perfecto Varela
L/X 9.15-9.50 h./9.30-10.05 h./10.10-10.45 h./10.25-11.00 h./11.05-11.40 h.
M/J 9.15-9.50 h./9.30-10.05 h./10.10-10.45 h./10.25-11.00 h./16.30-17.15 h.
Gimnasio del Centro Municipal de Mayores

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Monitora: África Sabugueiro
L/X 9.15-10.00 h./10.05 a 10.50 h./10.55-11.40 h./16.45-17.30 h.
M/J 12.00-12.45 h.
Centro Municipal de Mayores

GRUPO DE VARIEDADES

Monitora voluntaria: Ana M^a Díaz
M/J 11.15-12.30 h.
Centro Municipal de Mayores (sala 3)

GITARRA

Monitores voluntarios
M/J 10.15-11.15 h. José Luis Riero Broncano
M/J 11.30-12.30 h. Juan José Ramón García
Centro Municipal de Mayores (sala 2)

HISTORIA DE VALDEMORO

Monitor voluntario: Rafael García de las Peñas
X 16.30-17.30 h.
Centro Municipal de Mayores (sala 7)

INFORMÁTICA

Monitor de la Fundación La Caixa y apoyo de voluntarios
Activa la mente: L/X 9.00-10.00 h.
Aula abierta de iniciación: L/X 10.15-11.30 h.
Internet iniciación: L 11.30-12.45 h.
Internet avanzados: X 11.30-12.45 h.
Iníciate en la informática: M/J 9.00-11.00 h. (Del 4 de octubre al 10 de noviembre)
Crea y diseña documentos de texto: M/J 11.00-13.00 h. (noviembre)
Incorpora internet en tu día a día: M/J 11.00-13.00 h. (octubre)
Centro Municipal de Mayores

INGLÉS

Monitores voluntarios: Jacinto Sabugueiro y Paula González Alguacil
M 9.00-10.00 h. (iniciación)
M 10.00-11.00 h. (iniciación)
M 11.00-12.15 h. (avanzados)
Centro Municipal de Mayores (sala 5)

INICIACIÓN A LA LECTURA Y ESCRITURA

Monitores voluntarios
Aula 3
Antonio García, M^a Teresa Núñez, Carmen Vicente y Julita Esteban
L/X 9.30-11.00 h.
Aula 5 (sala de cristal)
Pilar Artola, Carmen García y Rafi Gallegos
L/X 10.00-11.30 h.
Aula 7
Peña Antoranz, Consuelo de Laca, José Luis Rosa y M^a del Carmen Concepción Arriaga
L/X 9.30-11.00 h.
Centro Municipal de Mayores

LABORES

Monitora voluntaria: Fe de Diego

M o J 17.00 a 19.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 2)

MANTENIMIENTO DE LA MEMORIA

Monitora voluntaria: Victoria G. Cenisergue

J 17.00-18.30 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 3)

MANUALIDADES

Monitora voluntaria: Laura Florez Cisneros

L o X 16.00-18.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 2)

MARQUETERÍA EN ACETATO

Monitores voluntarios: Antonio Toro y Ernesto Fernández

L/X 9.30-10.45 h./10.45 a 12.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 2)

NATACIÓN

Monitores del área de Deportes

L 11.00-11.45 h.

J 10.00-10.45 h./11.00-11.45 h.

V 12.00-12.45 h./12.45-13.30 h.

Piscina Municipal Valdesanchuela

PATCHWORK

Monitora voluntaria: Keti Vadillo Peco

M 9.00-10.30 h./10.30-12.00 h./12.00-13.30 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 7)

PINTURA

Monitora: Pilar González

L/X 9.30-11.00 h./11.15-12.45 h.

M/J 9.00-10.30 h./10.40-12.10 h./12.20-13.50 h.

Aula de Mayores del parque Duque de Ahumada

POESÍA

Monitor voluntario: Marcelo Luis Bailone González

X 10.30-11.30 h.

Centro Municipal de Mayores

SEVILLANAS

Monitora voluntaria: Rebeca León

L 11.45-12.45 h. (nivel intermedio)

M 9.15-10.15 h. (iniciación)

X 11.45-12.45 h. (avanzado)

J 9.15-10.15 h. (segundo año)

V 9.30-11.00 h. (avanzado)

Aula de Mayores del Parque Duque de Ahumada

TABLET

Monitoras voluntarias: Mariela Valenciano Fernández y Paula González Alguacil

L 18.00-19.00 h./19.00-20.00 h.

Biblioteca del Centro Municipal de Mayores

TAICHI Y CHIKUNG

Monitor voluntario: Tomás Sánchez Ortega

M/J 16.00-17.00 h. (iniciación)

M/J 17.00-18.00 h. (avanzados)

Centro Municipal de Mayores (sala 4)

Nota: Imprescindible zapatillas y ropa deportiva.

TEATRO

Monitoras voluntarias: Marisa Vegas y M^a Ángeles López

M/J 10.30-13.30 h.

Aula de Mayores del parque Duque de Ahumada

TERTULIA

Monitor voluntario: Rafael García de las Peñas

M 16.30-18.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 3)

TERTULIA DE ENCUENTRO

Monitor voluntario: Manuel Bordallo

M/J 17.00-18.30 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 5)

TERTULIA LITERARIA

Monitora voluntaria: Esther de Miguel

L/X 17.00-18.30 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 3)

YOGA CON CARMEN

Monitora voluntaria: Carmen Román Megía

L/X 9.15-10.15 h./10.15-11.15 h.

Aula de Mayores del parque Duque de Ahumada

YOGA CON MARÍA

Monitora voluntaria: María García Galán

M/J 9.00-10.00 h./10.00-11.00 h./11.00-12.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 4)

**talleres
puntua-
les**

ACTÍVATE MEMORIA

En colaboración con la Fundación La Caixa y apoyo de voluntarios

Del 24 al 27 de octubre de 2016

L/M/X/J 16.00-18.00 h.

Biblioteca del Centro Municipal de Mayores

GRANDES LECTORES

En colaboración con la Fundación La Caixa y apoyo de voluntarios

Del 3 de octubre al 12 de diciembre de 2016

L 16.30-18.00 h.

Centro Municipal de Mayores

VIVIR COMO YO QUIERO

En colaboración con la Fundación La Caixa y apoyo de voluntarios

Del 31 de octubre al 30 de noviembre de 2016

L/X 16.00-18.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 5)

**talleres
en colabo-
ración *CON*
la *UPV***

AERÓBIC

Monitora: Clara Castro

L/X 17.30-18.15 h./18.15-19.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 4)

DANZATERAPIA

Monitora: M^a José Méndez

L/X 11.00-12.00 h./12.00-13.00 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 4)

DECORACIÓN CREATIVA

Monitora: Silvia García

X 11.45-13.45 h.

J 9.30-11.30 h.

Centro Municipal de Mayores (sala 7)

SEVILLANAS

J 18.00-19.00 h. (avanzado). Clara Castro

Centro Municipal de Mayores (sala 4)

inscripciones

Centro Municipal de Mayores

C/ General Martitegui, 4. Parque Duque de Ahumada, 28341 Valdemoro.
Teléfono: 91 809 96 82. E-mail: mayores@ayto-valdemoro.org

Del 1 al 12 de septiembre

Horario de inscripción: de lunes a viernes, de 10.00 a 13.00 h.
Exposición de listas: del 20 al 29 de septiembre.

Participantes

Usuarios del Centro Municipal de Mayores. Duración: de octubre de 2016 a mayo de 2017.
Máximo, tres talleres por persona. El material necesario para el taller corre a cargo del alumnado.

