

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE DESARROLLO SOCIO-COMUNITARIO PARA POBLACIÓN GENERAL Y MAYORES DE 65 AÑOS EN LOS CENTROS SOCIALES MUNICIPALES Y CENTROS SOCIALES DE MAYORES 2023–2024.

--MAYORES--

CENTROS ACTIVIDADES	CENTRO PARQUE DE LOS REYES	CENTRO MARIANO ANDRÉS	CENTRO LA SERNA	CENTRO GONZÁLEZ DE LAMA (PALOMERA)	CENTRO CÍVICO CRUCERO	ARMUNIA, OTERUELO Y TROBAJO DEL CERECEDO	CENTRO CÍVICO VENTAS ESTE	CENTRO PADRE ISLA	CENTRO DE MAYORES PUENTE CASTRO
<u>MEMORIA</u>	LUNES 12.30-14.00 (1) MIÉRCOLES 10.00-11.30 (2) 11.45-13.15 (3)	JUEVES 10.00-11.30 (1) 11.45-13.15 (2)	VIERNES 10.00-11.30 (1) 11.45-13.15 (2)	JUEVES 9.00-10.30 (1) 10.45-12.15 (2) 12.30-14.00 (3)	MIÉRCOLES 9.00-10.30 (1) 10.45-12.15 (2) 12.30-14.00 (3) 16.30-18.00 (4)		LUNES 12.00-13.30	VIERNES 9.00-10.30 (1) 10.45-12.15 (2) 12.30-14.00 (3)	LUNES 17.00-18.30
<u>GESTIÓN EMOCIONES</u>	LUNES 9.30-11.00 (1) 11.00-12.30 (2)	MARTES 12.00-13.30		MARTES 10.00-11.30					
<u>CULTURA GENERAL</u>									
<u>YOGA</u>	LUNES Y MIÉRCOLES 11.30-12.30(1) 12.30-13.30 (2) MARTES y JUEVES 10.30-11.30 (3)	LUNES y MIÉRCOLES 10.00-11.00 (1) 11.00-12.00 (2)			MARTES y JUEVES 12.00-13.00 (1) 13.00-14.00 (2)				
<u>ACTIVATE: 'Acondicionamiento Físico / Postural'</u>	MARTES y JUEVES 16.30-17.30	MARTES y JUEVES 18.00-19.00			LUNES y MIÉRCOLES 18.00-19.00	OTERUELO LUNES y MIÉRCOLES 16.30-17.30 TROBAJO CERECEDO MIÉRCOLES y VIERNES 12.30-13.30			MIÉRCOLES Y VIERNES 11.00-12.00
<u>MANUALES- RESTAURACIÓN</u>		MARTES 16.00-18.00		MIÉRCOLES 11.30-13.30					
<u>CORO</u>	MARTES y JUEVES 11.45-13.15	LUNES 16.30-18.00 y MIÉRCOLES 18.00-19.30			MARTES y JUEVES 19.00-20.30			LUNES y MIÉRCOLES 18.30- 20.00	MARTES y JUEVES 11.00-12.30
<u>TEATRO</u>		MIÉRCOLES 12.00-13.30			LUNES 10.30-12.00			MARTES 17.00 -18.30	LUNES 11.00-12.30
<u>ENCUADERNACIÓN</u>								MARTES 11.30-13.30	
<u>PINTURA AL OLEO</u>			MARTES 9.30-11.30			OTERUELO MARTES 18.30-20.30			

NOTA IMPORTANTE: El aula de CULTURA GENERAL se inicia el día 24 de octubre y los horarios se expondrán el día 17 de octubre en el tablón de anuncios de los centros.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES DE DESARROLLO SOCIO-COMUNITARIO PARA POBLACIÓN GENERAL Y MAYORES DE 65 AÑOS EN LOS CENTROS SOCIALES MUNICIPALES Y CENTROS SOCIALES DE MAYORES 2023–2024.

--POBLACIÓN GENERAL--

CENTROS	CENTRO PARQUE DE LOS REYES	CENTRO MARIANO ANDRÉS	CENTRO LA SERNA	CENTRO GONZÁLEZ DE LAMA (PALOMERA)	CENTRO CÍVICO CRUCERO	CENTRO SOCIAL CANSECO (ARMUNIA)	CENTRO CÍVICO VENTAS ESTE	CENTRO PADRE ISLA	CASA CULTURA TROBAJO DEL CERECEDO
ACTIVIDADES									
<u>YOGA</u>	<u>LUNES y MIERCOL</u> 17.45-18.45 (1) <u>MARTES y JUEVES</u> 9.30-10.30 (2)	<u>LUNES y MIÉRCOLES</u> 9.00-10.00			<u>LUNES y MIÉRCOLES</u> 19.00-20.00 (1) 20.00-21.00 (2)	ARMUNIA <u>MARTES Y</u> <u>JUEVES</u> 18.45-19.45			
<u>INGLÉS INICIACIÓN</u>	<u>VIERNES</u> 12.00-14.00			<u>LUNES</u> 10.00-12.00	<u>MARTES</u> 17.00-19.00		<u>MIÉRCOLES</u> 18.30-20.30	<u>MIÉRCOLES</u> 9.30-11.30	
<u>INGLÉS PERFECCIONAM.</u>	<u>VIERNES</u> 9.30-11.30	<u>MARTES</u> 10.00-12.00		<u>MIÉRCOLES</u> 16.00-18.00	<u>JUEVES</u> 17.30-19.30			<u>MIÉRCOLES</u> 12.00-14.00	
<u>MANUALES- RESTAURACIÓN</u>	<u>MARTES</u> 9.30-11.30 (1) 11.30-13.30 (2)	<u>MARTES</u> 18.30-20.30 (barrio inmaculada)	<u>LUNES</u> 16.00-18.00 (1) 18.00-20.00 (2) <u>MIÉRCOLES</u> 16.00-18.00 (3)	<u>MIÉRCOLES</u> 9.30-11.30	<u>MIÉRCOLES</u> 18.30-20.30				
<u>ENCUADERNACIÓN</u>			<u>MARTES</u> 18.00-20.00 (1) <u>JUEVES</u> 16.30-18.30 (2) 18.30-20.30 (3)					<u>LUNES</u> 9.30-11.30 (1) 11.30-13.30 (2) <u>MARTES</u> 9.30-11.30 (3)	
<u>PINTURA AL OLEO</u>	<u>MIÉRCOLES</u> 16.00-18.00 (1) <u>VIERNES</u> 10.30-12.30 (2)		<u>MARTES</u> 11.30-13.30	<u>JUEVES</u> 16.30-18.30	<u>JUEVES</u> 9.30-11.30 (1) 11.30-13.30 (2)	ARMUNIA <u>MIÉRCOLES</u> 10.00-12.00	<u>MARTES</u> 16.00-18.00		<u>VIERNES</u> 17.00-19.00