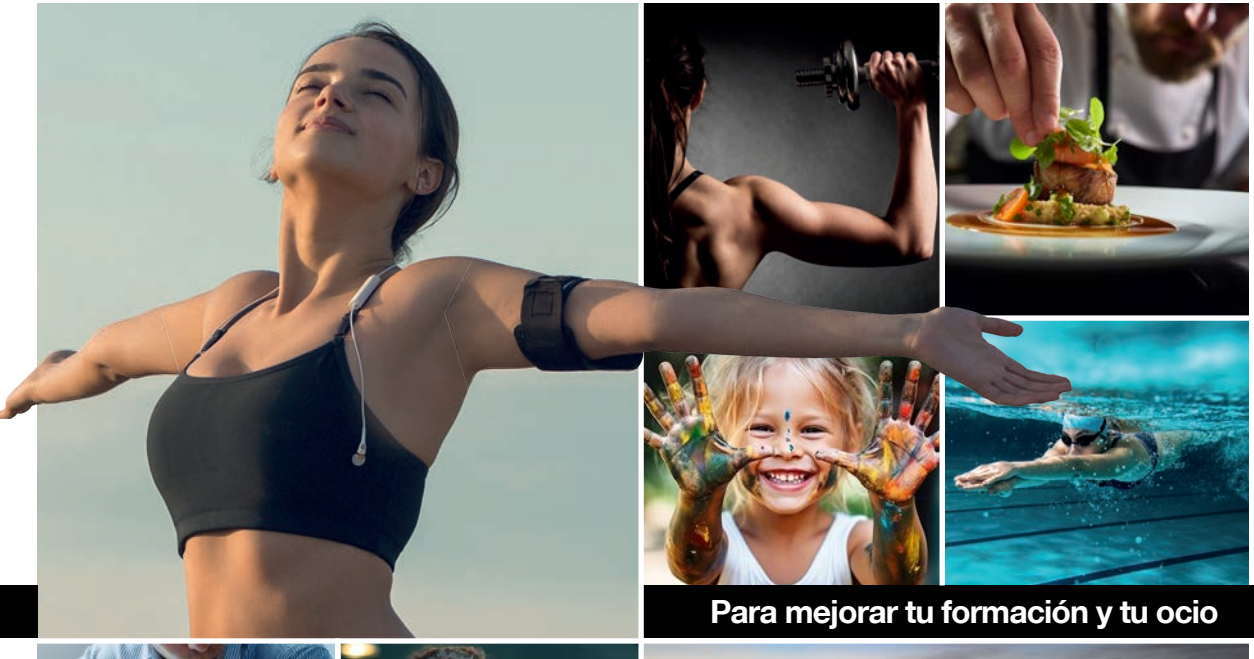
Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

cursos y talleres
2023/2024

EMPLEO UNED ESCUELA DE ADULTOS LA CAJA DEL ARTE CULTURA VOLUNTARIADO DEPORTE MUJER JUVENTUD INFANCIA MAYORES



Para mejorar tu formación y tu ocio

índice

06 EMPLEO
- 07 Cursos de formación para el empleo
- 08 X edición Escuela Virtual de Formación
- 12 Talleres de alfabetización digital
- 13 Talleres y herramientas sociales

16 UNED
- 18 Cursos de acceso a la Universidad

19 ESCUELA DE ADULTOS
- 20 Cursos para adultos

22 LA CAJA DEL ARTE
- 23 Escuela de Música
- 25 Escuela de Danza
- 26 Escuela de Teatro
- 27 Escuela de Circo

28 CULTURA
- 31 La Caja del Arte
- 34 Casa de la Cultura
- 38 Centro Cultural El Parque
- 42 Centro Cultural Rafael Alberti
- 45 Centro Cultural Las Fronteras

47 VOLUNTARIADO
- 49 Cursos específicos de formación de voluntariado

50 DEPORTE
- 52 Clases colectivas
- 61 Deportes individuales
- 67 Deportes de equipo
- 69 Natación
- 75 Actividades acuáticas
- 79 Competiciones deportivas municipales
- 80 Actividadad física integral
- 81 Abono deportivo municipal
- 82 Tarjeta Fitness

83 MUJER
- 86 Cursos anuales
- 87 Talleres de mujeres
- 88 Espacio Empleo

90 JUVENTUD
- 93 Cursos anuales
- 94 Programa de actividades y salidas

95 INFANCIA
- 96 Bebetecas, Ludotecas y Pequeteca

98 MAYORES
- 99 Talleres gratuitos en Centros de Mayores
- 100 Cursos anuales

estimado/a vecino/a:

Alejandro Navarro Prieto
Alcalde

Después del merecido descanso vacacional, regresamos cargados de ilusión por emprender nuevos proyectos. Unos quieren comenzar algún curso para mejorar su currículum o situación laboral, otros simplemente realizar una actividad deportiva para empezar a mantenerse en forma. Sea cual sea tu caso, desde el Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz hemos diseñado un gran catálogo de cursos y talleres en los que podrás hallar aquello que te apasiona, te interesa o simplemente puede que quieras apuntarte para conocer a personas con tus mismas inquietudes. Estoy seguro de que esta oferta no te va a dejar indiferente.

Si hay algo en lo que ponemos especial empeño es en materia de empleo. Es una de nuestras prioridades ofrecer formación encaminada a que los desempleados encuentren trabajo y, para ello, realizamos una importante oferta desde el Centro de Formación de Excelencia que ya cumple su quinto año de funcionamiento. En esta edición se ofrecen plazas para 4 certificados de profesionalidad, 14 cursos específicos para desempleados, todos ellos presenciales.

Otro de los pilares de la formación laboral lo constituye la Escuela Virtual de Formación, que cuenta en la actualidad con 177 cursos online sobre diferentes áreas como son la comercial, administración, diseño, idiomas, industrial, legislación, ofimática, programación y prevención, entre otros. Además, hemos programado 12 talleres de alfabetización digital y 11 talleres de formación.

Pero si es fundamental la formación especialmente dirigida a los desempleados, también lo es la labor educativa que desarrolla el Centro Asociado UNED-MADRID Torrejón de Ardoz. Desde 2011 viene realizando una gran labor para aquellos que deciden afrontar el reto de la educación universitaria. En este centro torrejonero pueden realizarse los cursos de acceso a la Universidad para mayores de 25 y 45 años, además de 1º y 2º de Derecho y 1º y 2º de Administración y Dirección de Empresas. Además, cuenta con el Centro Universitario de Idiomas Digital y a Distancia (CUID), que ofrece cursos de inglés en niveles B1 (intermedio) B2 (avanzado) y C1 (superior) y alemán A1 (inicial). No quisiera olvidarme de la labor educativa que desde hace años realiza la Escuela de Adultos en nuestra ciudad, encaminada a la obtención del título de la ESO.

“EN ESTAS PÁGINAS SE PLASMA EL IMPORTANTE TRABAJO ORGANIZATIVO QUE REALIZA EL AYUNTAMIENTO PARA CREAR UNA COMPLETA RELACIÓN DE CURSOS Y TALLERES, DESTINADOS PRINCIPALMENTE A LA FORMACIÓN Y EL OCIO”

Hay dos recursos que utilizan especialmente los torrejoneros, son los cursos que se ofrecen desde las concejalías de Cultura y Deporte. El Centro de Artes Escénicas - La Caja del Arte ha supuesto un antes y un después en la oferta cultural de la ciudad, impartiendo formación de calidad en las disciplinas de música, danza, teatro y circo. A este recurso se suma la gran variedad de talleres relacionados con las aficiones e inquietudes culturales y artísticas que se ofrecen desde los centros culturales que tan buena acogida tienen.

Y en materia deportiva son miles los torrejoneros que utilizan cada día las diferentes instalaciones deportivas. Una excelente aceptación que demuestra que la programación deportiva que se realiza desde el Ayuntamiento suscita gran interés.

Esta variada programación se complementa con los talleres organizados por otras concejalías como Mujer, Juventud, Infancia, Voluntariado y Mayores, ya que estos sectores de la población requieren de una programación más específica para satisfacer sus diferentes inquietudes.

Espero que esta publicación te sea útil y encuentres tu nuevo proyecto a realizar este curso.

CENTRO de FORMACIÓN EXCELEN

DE TORREJÓN DE A

UN ESPACIO DONDE SE OFRECEN LOS RECURSOS Y CAPACIDADES NECESARIOS PARA **MEJORAR LA EMPLEABILIDAD DE LOS TORREJONEROS,** SOBRE TODO DE AQUELLOS QUE SE ENCUENTRAN EN SITUACIÓN DE DESEMPLEO, **IMPARTIENDO LOS CURSOS MÁS DEMANDADOS POR LAS EMPRESAS DE LA ZONA**

AYUNTAMIENTO TORREJÓN DE ARDOZ

N de
CIA

R D O Z

A PARTIR DE SEPTIEMBRE:
NUEVOS CURSOS FORMATIVOS PRESENCIALES DE DISTINTA DURACIÓN

Además, 4 certificados de profesionalidad para desempleados con duración entre 310 y 660 horas y 14 cursos específicos para desempleados de 10 a 50 horas.
Una formación encaminada a atender las demandas de trabajo efectivas de las empresas de Torrejón y el Corredor del Henares

empleo

CENTRO DE FORMACIÓN DE EXCELENCIA 2º SEMESTRE 2023

CURSOS PRESENCIALES DE FORMACIÓN PARA EL EMPLEO

REQUISITOS GENERALES

- Cursos dirigidos preferentemente a personas desempleadas, que tendrán prioridad sobre las empleadas.
- Criterios de selección: para la asignación de plazas, además de cumplirse los requisitos específicos que en su caso exigiera cada curso, tendrá prioridad la antigüedad en la demanda de empleo, que para ser válida deberá estar actualizada.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: del 11 de septiembre al 11 de octubre de 2023 o hasta completar grupo.

INFORMACIÓN Y SOLICITUDES: Oficina Municipal de Empleo.
C/ Londres, s/n - Urb. Torrejón 2000. Tfno.: 916 60 06 67

La presentación de solicitudes también se puede realizar a través de la dirección de correo electrónico **formacion@ayto-torrejon.es**
web: **www.ayto-torrejon.es** Concejalía de Empleo.

CERTIFICADOS DE PROFESIONALIDAD PARA DESEMPLEADOS

1. **Atención sociosanitaria a personas dependientes en instituciones sociales** (450 horas)
2. **Atención sociosanitaria a personas en el domicilio** (600 horas)
3. **Gestión de llamadas de Teleasistencia** (310 horas)
4. **Docencia de la Formación Profesional para el empleo** (380 horas)

REQUISITOS

- Preferentemente estar desempleados e inscritos en la Oficina de Empleo de la Comunidad de Madrid.
- Número de plazas por certificado: 15 alumnos.
- Todos los certificados tienen prácticas no laborales en empresas. La selección se realizará en colaboración con la Oficina de Empleo de la Comunidad de Madrid de Torrejón de Ardoz.

CURSOS ESPECÍFICOS PARA DESEMPLEADOS

1. **Marketing *on line* y últimas tendencias** (14 horas)
2. **Plan Marketing Digital** (25 horas)
3. **Curso Piloto de Drones categoría abierta A1-A3/ A-2** (50 horas)
4. **Google tools** (30 horas)
5. **Radiofonista** (10 horas)
6. **Mantenimiento de edificios (Soldadura Tig/Fontaneria/ Electricidad)** (60 horas)
7. **Analítica web** (15 horas)
8. **Instalaciones de autoconsumo eléctrico con energía solar fotovoltaica** (40 horas)
9. **Módulo de electricidad básica para energía solar fotovoltaica** (20 horas)
10. **PRL específicos para trabajos de instalación fotovoltaica y eólica** (20 horas)
11. **Operador de carretillas elevadoras** (16 horas)
12. **PRL operador de carretillas** (20 horas)
13. **Fontanería** (40 horas)
14. **Herramientas digitales** (44 horas)

REQUISITOS

- Preferentemente estar desempleados e inscritos en la Oficina de Empleo de la Comunidad de Madrid.
- Número de plazas por curso: 12 /15 alumnos en función de la especialidad.
- No requerida titulación previa.

MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL SEPE
Comunidad de Madrid | CONSEJERÍA DE ECONOMÍA, HACIENDA Y EMPLEO
UNIÓN EUROPEA Fondo Social Europeo El FSE invierte en tu futuro

CENTRO de FORMACIÓN de EXCELENCIA DE TORREJÓN DE ARDOZ

X EDICIÓN
ESCUELA VIRTUAL DE FORMACIÓN
CURSOS DE FORMACIÓN ON LINE SIN TUTOR

INSCRIPCIONES ÚNICAMENTE **A TRAVÉS DE LA WEB**

- Cursos de formación **gratuitos** en modalidad de autoaprendizaje.
- Dirigidos a **personas empadronadas en Torrejón de Ardoz,** que tengan 16 años de edad o más y que posean correo electrónico.
- Los usuarios/as aptos en cada curso podrán descargar su diploma desde la plataforma de la escuela.
- La inscripción y el acceso a la plataforma virtual de formación, se realizarán a través de la página web municipal **(www.ayto-torrejon.es)** y de la bolsa de empleo **(https://bolsaempleo.ayto-torrejon.es/**

GUÍA ORIENTATIVA PARA INSCRIBIRSE

1º En cualquiera de las dos direcciones electrónicas anteriores, pinchando en el banner "Nuevos cursos de formación on line" será dirigido a una nueva página, donde:

2º Encontrará 3 cubos azules. Pinchando en el primero, "Nuevos usuarios y solicitud de cursos", será dirigido a una nueva página, donde:

3º Encontrará una relación de todos los cursos con una descripción de su contenido, una demostración del mismo y su número de horas. Asimismo, si decide inscribirse, en la parte superior encontrará una "Identificación previa" que le pide su número de DNI/NIE dos veces y pulsar "enviar", realizado lo cual será dirigido a una nueva página, donde:

4º Para inscribirse deberá rellenar los datos pedidos en el "Formulario de preinscripción en cursos gratuitos", y luego seleccionar el curso solicitado y a continuación dar al final de la página a "enviar".

5º Usted recibirá por nuestra parte un correo de confirmación de inscripción en la Escuela Virtual de Formación que le llevará a un enlace. Pinche en este enlace y obtendrá un "login" y una clave para poder acceder a sus cursos.

La siguiente relación de cursos puede verse modificada y actualizada >>

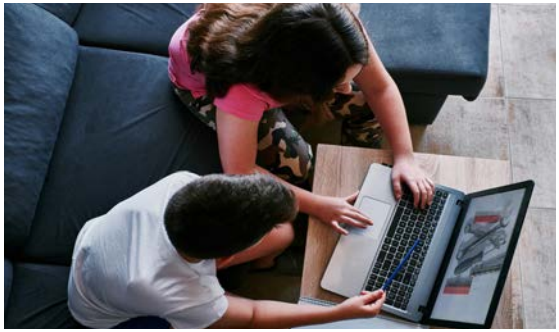
ESCUELA VIRTUAL DE FORMACIÓN: 177 CURSOS

Curso	Horas
ADMINISTRACIÓN Y OFICINAS	
Actitud emprendedora y oportunidades de negocio	40
Análisis contable y financiero	45
Análisis contable y presupuestario	105
Análisis de costes para la toma de decisiones (especialidad formativa)	56
Aplicaciones informáticas de administración de recursos humanos	30
Archivo de oficina	10
Básico de fiscalidad	40
Básico de gestión empresarial	30
Cómo interpretar nóminas y seguros sociales	40
Cómo leer e interpretar las cuentas de una empresa	30
Contabilidad	50
Contabilidad administración y gestión (especialidad formativa)	60
Contabilidad de costes (especialidad formativa)	60
Contabilidad financiera	30
Contabilidad para no contables	30
Contabilidad provisional	35
Contabilizar las compras y ventas de una PYME	12
Contratación laboral	60
Creación de empresas	25
Diseño y gestión de políticas y sistemas de retribución (especialidad formativa)	25
Facturación y control de stock	20
Fundamentos de ciberseguridad	40
Gestión de costes	30
Gestión de nóminas y Seguros sociales	50
Marketing y plan de negocio de la microempresa	40
Micropyme: lo que necesitas para triunfar	15
Presupuestos y análisis de desviaciones	12
Proyecto y viabilidad del negocio o microempresa	40
Retribuciones salariales, cotización y recaudación	90
Tesorería para PYMES	20
COMERCIAL	
Atención al cliente	30
Atención al cliente online	15

Curso	Horas
Atención al cliente y calidad del servicio	25
Comercio electrónico (especialidad formativa)	40
Community manager (nociones básicas)	20
Cómo conseguir más ventas en tu tienda online	20
Cómo gestionar una tienda online con prestashop	15
Comunicación de marca	10
Iniciación a la analítica web	20
Iniciación al posicionamiento en buscadores	20
Marketing	50
Marketing digital	20
Seguridad en comercios electrónicos	15
Técnicas de relación comercial	80
Técnicas de venta	30
Tienda virtual: Prestashop (especialidad formativa)	60
Venta online (especialidad formativa)	30
DISEÑO	
Cómo retocar tus fotos con Photoshop	20
Iniciación a Illustrator	20
Photoshop	60
Wordpress	30
IDIOMAS	
Alemán básico (A2)	100
Alemán para principiantes (A1)	100
Francés avanzado (C1)	100
Francés básico (A2)	100
Francés intermedio alto (B2)	100
Francés intermedio bajo (B1)	100
Francés para principiantes (A1)	100
Inglés avanzado (C1)	100
Inglés básico (A2)	100
Inglés de negocios	60
Inglés intermedio alto (B2)	100
Inglés intermedio bajo (B1)	100
Inglés para la hostelería	20
Inglés para principiantes (A1)	100

Curso	Horas
Inglés para viajar	60
Inglés: atención telefónica	60
Inglés: escritura	60
INDUSTRIAL	
Electricidad: corriente alterna	40
Electricidad: corriente continua	40
Electrónica 1: diodos	40
Electrónica 2: transistores	40
Electrónica 3: amplificadores	40
LEGISLACIÓN	
Cumplimiento de la ley de protección de datos en el teletrabajo	10
El contrato de teletrabajo	10
Legislación laboral básica	15
Ley de dependencia	20
Ley orgánica de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales	40
Prevención del blanqueo de capitales	30
Reglamento general de protección de datos	20
OFIMÁTICA	
Access 2010 avanzado	25
Access 2010 básico	25
Access 2010: aplic. Informáticas BD relacionales	50
Access 2016	30
Access 365 avanzado	25
Access 365 básico	25
Access 365: aplic. Informáticas BD relacionales	50

Curso	Horas
Básico de redes sociales	5
Combinación de correspondencia	10
Competencias digitales avanzadas (especialidad formativa)	60
Competencias digitales básicas (especialidad formativa)	60
Competencias digitales para la búsqueda de empleo	15
Excel 2010 avanzado	25
Excel 2010 básico	25
Excel 2010: aplic. Informáticas hoja de cálculo	50
Excel 2016	30
Excel 365 avanzado	25
Excel 365 básico	25
Excel 365: aplic. Informáticas hoja de cálculo	50
Gestión remota de documentos y archivos	20
Identidad digital y reputación online	10
Internet y redes sociales	25
Powerpoint: aplic. Informáticas presentaciones	15
Powerpoint 2016	20
Powerpoint 365	15
Seguridad informática básica	20
Sincronización y copia de seguridad	20
Tablas dinámicas	20
Word 2010 avanzado	15
Word 2010 básico	15
Word 2010: aplic. Informáticas tratamiento textos	30
Word 2016	30
Word 365 avanzado	15
Word 365 básico	15
Word 365: aplic. Informáticas tratamiento textos	30
PREVENCIÓN, CALIDAD Y MEDIOAMBIENTE	
Básico de calidad	20
Básico de medioambiente	20
Básico de prevención de riesgos laborales	30
Curso de alérgenos e intolerancias alimentarias (especialidad formativa)	30
EFQM (v. 2020)	30
Función del mando intermedio en la prevención de riesgos laborales	30
ISO 9001-2015	30



Curso	Horas
Manipulador de alimentos	10
Prevención de riesgos laborales en el teletrabajo	15
Primeros auxilios (nociones básicas)	15
PROGRAMACIÓN	
Introducción a PHP	20
RECURSOS HUMANOS	
Agenda 2030	15
Apoyo administrativo a la gestión de recursos humanos	60
Clima laboral en la Administración Pública	10
Cómo elaborar un plan de igualdad	40
Cómo mejorar la autoestima	20
Competencias clave para el aprendizaje permanente (especialidad formativa)	15
Comunicación	20
Comunicación efectiva y trabajo en equipo	60
Comunicación entre equipos de trabajo	20
Creación de equipos de trabajo	20
Dirección de equipos de trabajo. Trabajo en equipo (especialidad formativa)	25
Dirección de reuniones	20
Dirección por objetivos	20
El acceso al empleo público	20
El mercado laboral	12
Experto en e-learning (especialidad formativa)	70

Curso	Horas
Fijar objetivos para teletrabajar	20
Formación de formadores	20
Formación de teleformadores	20
Gestión de las competencias	10
Gestión de proyectos	20
Gestión del conocimiento	12
Gestión del tiempo	20
Gestión efectiva del teletrabajo	30
Habilidades directivas y gestión de equipos (especialidad formativa)	65
Habilidades para crecer (profesional y personalmente)	30
Habilidades sociales	20
Habilidades sociales. Comunicación y calidad en la atención al ciudadano (especialidad formativa)	25
Herramientas para la búsqueda de empleo	8
Igualdad retributiva	15
Inserción laboral, sensibilización medioambiental y en la igualdad de género (especialidad formativa)	10
Inteligencia emocional. Control del estrés	20
La comunicación en la empresa	20
La motivación laboral en la Administración Pública	12
Liderazgo eficaz	20
Mediación y resolución de conflictos	20
Mindfulness	20
Motivación humana en los grupos de trabajo (especialidad formativa)	50
Negociación colectiva	30
Organización del trabajo	20
Orientación laboral	40
Presentaciones eficaces	20
Recursos humanos para no expertos	40
Selección de personal	40
Sensibilización en la igualdad de oportunidades	20
Técnicas de búsqueda de empleo (especialidad formativa)	20
Técnicas de productividad personal	15
Técnicas para hablar en público	25
Teletrabajo ¡Me quedo!	10
Teletrabajo: reuniones por videoconferencia	20
Trabajo en equipo	28

TALLERES DE ALFABETIZACIÓN DIGITAL

INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO (10 horas)
Objetivos: Iniciar en la red de Internet a todas aquellas personas que no tienen acceso en su entorno al uso de las nuevas tecnologías y dar a conocer los recursos que tienen a su disposición en Internet, fijándose especialmente en los recursos de comunicación on-line y el correo electrónico.
Duración: 10 horas

ALFABETIZACIÓN DIGITAL (20 horas)
Objetivos: Proporcionar formación, herramientas y recursos digitales a los usuarios que desconozcan las nuevas tecnologías, con el fin de acortar la brecha digital en la sociedad.
Duración: 20 horas

MICROSOFT WORD (10 horas)
Objetivos: Proporcionar a los usuarios un conocimiento de las herramientas de Microsoft Word para que pueda crear documentos de un modo eficaz.
Duración: 10 horas

GESTIONA Y CREA TU CUENTA DE CORREO (10 horas)
Objetivos: Dar a conocer a los asistentes las utilidades que nos ofrece un programa de correo electrónico para el envío, recepción e intercambio de información entre usuarios.
Duración: 10 horas

REDES SOCIALES (10 horas)
Objetivos: Proporcionar los conocimientos y las herramientas necesarias sobre los nuevos cambios y aplicaciones 2.0 y conocer las principales características y tipos de redes sociales, su uso, aplicaciones y sus riesgos.
Duración: 10 horas

HERRAMIENTAS COLABORATIVAS: TEAMS Y ZOOM (10 horas)
Objetivos: Utilizar de modo eficaz y eficientes las herramientas colaborativas de Teams y Zoom
Duración: 10 horas

CERTIFICADO ELECTRÓNICO, DNI Y CL@VE (5 horas)
Objetivo: Dotar a los participantes de los conocimientos básicos sobre los procesos a realizar para obtener un certificado digital, su uso y renovación
Duración: 5 horas

APRENDE A COMPRAR POR INTERNET CON SEGURIDAD (10 horas)
Objetivo: Aprender a realizar compras en Internet de un modo seguro para el usuario.
Duración: 10 horas

CREAR TU CV (10 horas)
Objetivos: Enseñar los nuevos formatos de CV que ofrecen las nuevas tecnologías y son necesarios para la búsqueda de empleo.
Duración: 10 horas

BÚSQUEDA DE EMPLEO ONLINE (20 horas)
Objetivo: Formar en los recursos más actuales y útiles para la búsqueda de empleo por Internet y se proponen actividades que ayudarán al usuario a cumplir su objetivo de encontrar o cambiar de trabajo. Se potenciará el currículum vitae electrónico, se participará en redes sociales profesionales y se conocerán otras técnicas poco conocidas como el networking.
Duración: 20 horas

SACA TU PARTIDO A TU MÓVIL (20 horas)
Objetivos: Dotar a los usuarios de conocimientos básicos del funcionamiento del dispositivo móvil, así como su configuración.
Duración: 20 horas

PHISHING – PROTECCIÓN CONTRA FRAUDES Y ROBO DE INFORMACIÓN MEDIANTE LA RED Y CORREOS (50 horas)
Objetivos: Dar a conocer para a si prevenir los fraudes vía online, por correo electrónico y redes sociales, como robo de información de nuestras tarjetas, contraseñas, fotos etc.
Duración: 20 horas

Información e inscripciones:
Telecentro Ciudadano - Torrejón Conect@
C/ Ferrocarril, 27. Tel. 916 75 12 04
telecentro@ayto-torrejon.es
Horario talleres: lunes y miércoles o martes y jueves
de 17:30 a 19:00 h.

El horario de navegación libre son los viernes de 17:00 a 20:00 horas (de lunes a jueves durante la realización de los cursos, el acceso libre quedará restringido. Se podrá hacer uso de los equipos disponibles siempre que se entre antes de la hora de inicio del curso o una vez finalizado el mismo)

TALLERES Y HERRAMIENTAS SOCIALES

SEGUNDO SEMESTRE (julio a diciembre de 2023)

CURSO DE CELADOR/A EN INSTITUCIONES SANITARIAS
(Impartido por Aide-Formación)

Para trabajar como celador/a en instituciones sanitarias, facilitando los conocimientos y habilidades necesarias para desempeñar las funciones propias de este área de trabajo.

Fecha: lunes del 2 de octubre al 20 de noviembre de 2023 de 10 a 13 horas

Duración curso: 120 horas. (24 horas presenciales más temario plataforma educativa). 80-166 horas prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid.

Cuota: 160 € el curso completo (Incluye Seguro en Prácticas) (No incluye uniformidad ni prueba COVID-19)

Lugar: C.C. Las Fronteras.

CURSO DE MOZO/A DE ALMACÉN- OPERADOR/A AUXILIAR DE ALMACEN + CARNET CARRETILLERO
(Impartido por Aide-Formación)

Para trabajar de mozo/a de carga y descarga, almacén y/o mercado de abastos. Conductores/as-operadores/as de carretilla elevadora. Embaladores/as-Empaquetadores/as, etiquetado, preparado de pedidos. Operario logística.

Fecha: lunes y martes del 2 al 24 de octubre de 2023 de 10 a 13 horas

Duración curso: 120 horas (24 horas presenciales más temario plataforma educativa). 80 horas prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid.

Cuota: 160 € el curso completo (incluye Seguro en Prácticas y carnet de carretillero. No incluye uniforme)

Lugar: C.C. Las Fronteras

CURSO DE MONITOR/A DE COMEDOR ESCOLAR + CERTIFICADO DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS
(Impartido por Aide-Formación)

Para trabajar como Monitor de Comedor Escolar tanto en el apoyo durante el tiempo de servicio de comidas como en las actividades y juegos durante el tiempo de recreo. Certificado de manipulador de alimentos.

Fecha: miércoles y jueves del 4 de octubre al 2 de noviembre de 2023 de 10 a 13 horas

Duración curso: 120 horas (24 horas presenciales más temario plataforma educativa). 80 horas prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid.

Cuota: 120 € el curso completo (incluye Seguro en Prácticas Prácticas y Certificado Manipulador de Alimentos). (No incluye uniformidad ni prueba COVID-19)

Lugar: C.C. Las Fronteras

CURSO DE CAMARERO/A DE PISO EN HOSTELERÍA - GRATUITO
(Impartido por Aide-Formación)

Para trabajar de camarero de pisos en alojamientos.

Fecha: viernes del 6 de octubre al 24 de noviembre de 2023 de 10 a 13 horas

Duración curso: 120 horas (24 horas presenciales más temario plataforma educativa). 80 horas prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid.

Lugar: C.C. Las Fronteras

CLASES DE ESPAÑOL PRINCIPIANTES - GRATUITO

Favorecen la integración de las personas extranjeras que carecen del conocimiento del idioma español necesario para desarrollarse en nuestro país y para aquellos que deseen mejorarlo.

Días: lunes, martes, jueves y viernes, de 12:20 a 13:20 h

Duración curso: Curso Escolar

Lugar: C.C. Las Fronteras

TALLER ESPAÑOL COMO LENGUA EXTRANJERA NIVEL A2 - GRATUITO

Adquisición de Conocimientos básicos sobre la lengua española necesarios para la integración de la población extranjera en España.

Días: lunes, martes, jueves y viernes de 9:30 a 11:00 horas

Duración curso: Curso Escolar

Lugar: C.C Las Fronteras

TALLER DE CONOCIMIENTO CONSTITUCIONAL Y SOCIOCULTURAL - GRATUITO

Adquisición de conocimientos básicos sobre la cultura española necesarios para la integración de la población extranjera en España.

Días: lunes, martes, jueves y viernes de 11:15 a 12:15 horas

Duración curso: Curso Escolar

Lugar: C.C Las Fronteras

TALLER HOMOLOGACIÓN ESTUDIOS EXTRANJEROS - GRATUITO

Orientación sobre los trámites para la homologación de estudios extranjeros.

Día: miércoles (previa cita 916 78 19 10/15)

Lugar: Concejalía de Inmigración

TALLER DE INTEGRACION INTERLIGÜÍSTICO PARA MUJERES MARROQUÍES - GRATUITO

Su objetivo es promover el desarrollo personal y la integración social de las mujeres marroquíes.

Días: miércoles de 9.30 a 11.30 horas

Duración: Curso Escolar

Lugar: Concejalía de Inmigración

TALLER DE PENSAMIENTO MATEMÁTICO PARA LA INTEGRACIÓN (5º, 6º PRIMARIA, 1º ESO y 2º ESO) - GRATUITO

Su objetivo es promover el desarrollo del pensamiento matemático, proporcionar herramientas a los alumnos con talento matemático.

Días: Lunes de 17:45 a 18:45 horas (1º y 2º ESO
Lunes de 18:45 a 19:45 (5º y 6º Primaria)

Duración: Curso Escolar

Lugar: C.C. Las Fronteras

TALLER DE ALFABETIZACIÓN DIGITAL - GRATUITO

Su objetivo enseñar y evaluar los conceptos y habilidades básicos de la informática, para que los usuarios puedan utilizar la tecnología informática cotidiana.

Días: lunes, miércoles y lueves de 18:00 a 20:00 horas

Duración: Curso Escolar

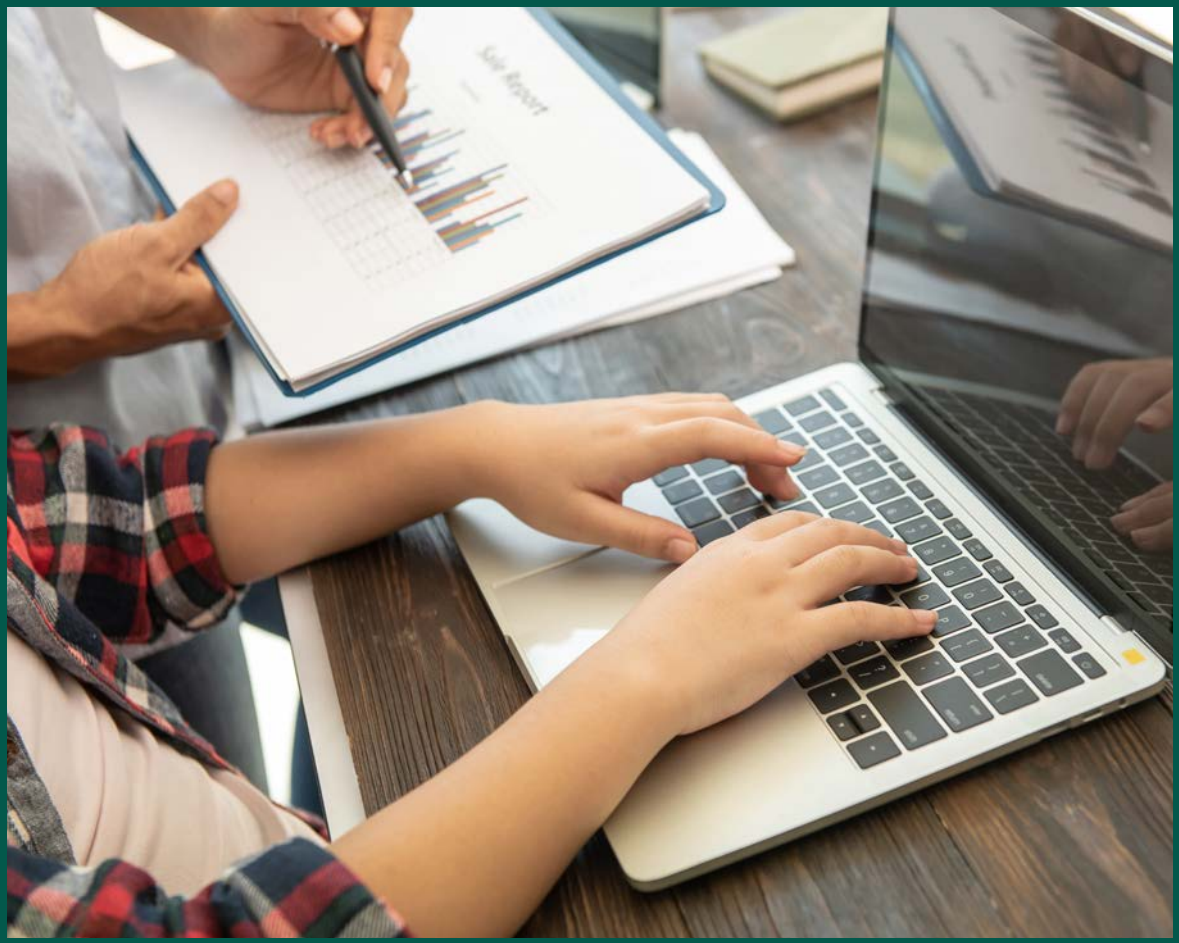
Lugar: Centro de Integración de Inmigrantes Sagrado Corazón (Asti, C/ Los Curas, nº 7). Torrejón de Ardo

Inscripciones:

Tel: 916 78 19 10
Mail: inmigracion@ayto-torrejon.es
Inscripción hasta cubrir plazas

UNED

Centro asociado UNED-MADRID Torrejón de Ardoz
Complejo Deportivo Zona Centro
C/ Leandro Fernández Moratín (Barrio Verde)
Tel: 916 76 63 54



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA

NORMAS DE MATRÍCULA

FECHAS PROVISIONALES

On line en www.uned.es:

- **Plazos de admisión y matrícula para estudios de Grado:**
  Primer plazo: del 5 de julio al 23 de octubre de 2023.
  Segundo plazo: del 18 de enero al 2 de marzo de 2024.
- **Plazos de matrícula para estudios de Curso de Acceso para mayores de 25 y 45 años:** del 7 de julio al 21 de octubre 2023.
- **Plazos de matrícula para las pruebas libres de Acceso para mayores de 25 y 45 años**: del 1 de febrero al 14 de marzo de 2024.
- **Plazo de matrícula para el Acceso por acreditación de experiencia profesional (mayores de 40 años):** del 18 de marzo al 18 de abril de 2024.
- **Para los cursos del Centro Universitario de Idiomas CUID:** del 7de septiembre al 23 de octubre de 2023.
- Durante todos los periodos de matriculación, habrá un servicio de ayuda a la matrícula en la sede de la UNED en Torrejón.
- **Precio:** las tasas establecidas en función de cada curso por la UNED.
- **Plazo de anulación y modificación de matrícula:** una vez validada la matrícula no se admitirán cambios o anulaciones con derecho a devolución. Sí modificación de asignaturas que no supongan variación en la liquidación total de la matrícula.
- **Todas las tutorías son presenciales.**
- **Fecha de inicio de cursos (pendiente de confirmar):**
  Grados y Curso de Acceso para mayores de 25/45: 9 de octubre 2023.
  Cursos de idiomas CUID: 3 de noviembre 2023.

CENTRO UNIVERSITARIO DE IDIOMAS A DISTANCIA DE LA UNED (CUID)

Más información en la web: www.cuid.uned.es

INGLÉS NIVELES B1, B2 ,C1 y ALEMÁN A1 SEMIPRESENCIAL

MODALIDAD SEMIPRESENCIAL EN UNED TORREJÓN: INGLÉS NIVELES B1 (INTERMEDIO), B2 (AVANZADO), C1 (SUPERIOR) Y ALEMÁN A1 (ELEMENTAL) Curso 2023-2024

Nota: Los cursos se impartirán con un mínimo de alumnos

Plazo provisional de matrícula para el curso académico 2023/2024
Del 7 de septiembre al 23 de octubre 2023

Los niveles B1, B2 y C1 de Inglés, así como A1 de Alemán del Centro Universitario de Idiomas Digital y a Distancia de la UNED han sido acreditados por la Asociación de Centros de Lenguas en la Enseñanza Superior (ACLES), dando derecho a la certificación CertAcles, aceptada para el Reconocimiento para el profesorado del Ministerio de Educación, para el acceso a las Escuelas Oficiales de Idiomas y para estudios reglados de la UNED.

Nivel	Día	Hora
Inglés B1	Viernes	17:30-19:00
Inglés B2	Viernes	19:00-20:30
Inglés C1	Viernes	19:00-20:30
Alemán A1	Viernes	17:30-19:00

CURSO DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD PARA MAYORES DE 25 y 45 AÑOS (Horarios provisionales)

Asignatura	Día	Horario
Lengua Castellana (*) (Apellidos A-L)	L	17:30-19:00
Comentario de Texto (*) (Apellidos A-L)	L	19:00-20:00
Historia del Arte	L	20:00-21:00
Inglés	M	16:00-17:30
Matemáticas aplicadas a las Ciencias Sociales	M	17:30-19:00
Matemáticas avanzadas	M	19.30-21:30
Geografía	M	19:00-20:00
Historia del Mundo Contemporáneo	M	20.00.21.30

Asignatura	Día	Horario
Fundamentos de Tecnología	X	16:00-17:30
Psicología	X	18:00-19:00
Nociones Jurídicas Básicas	X	18:30-20:00
Biología	X	20:00-21:30
Introducción ADE	J	16:00-17:00
Lengua Castellana (*) (Apellidos M-Z)	J	17:30-19:00
Comentario de Texto (*) (Apellidos M-Z)	J	19:00-20:00

GRADO EN ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS (Horarios provisionales)

PRIMER CURSO						SEGUNDO CURSO					
Primer Semestre			Segundo Semestre			Primer Semestre			Segundo Semestre		
Asignatura	Día	Hora	Asignatura	Día	Hora	Asignatura	Día	Hora	Asignatura	Día	Hora
Introducción a la Microeconomía	X	16:45-18-15	Introducción a las Finanzas	X	16.00-17.30	Matemática Financiera	L	17:00-18:30	Renta y Dinero	L	16:00-17:30
Introducción a la Contabilidad	X	18:15-19:45	Introd. a la Macroeconomía	X	17.30-19.00	Matemáticas II	L	18:30-20:00	Introducción al Derecho	L	17:30-19:00
Introd. Economía de la Empresa	J	16:45-18:15	Historia de la Economía	X	19.00-20.30	Microeconomía	L	20:00-21:30	Contabilidad Financiera Superior	L	19.00-20.30
Economía Mundial	J	18.30-20.00	Contabilidad Financiera	J	16:00-17.30	Economía de la Empresa	J	16:00-17:30	Estadística Empresarial	J	17:00-18:30
Matemáticas I	J	19:45-21:15	Introducción a la Estadística	J	17.30-19.00	Introducción al Marketing	J	17:30-19:00	Dirección de la Producción	J	18:30-20:00

GRADO EN DERECHO (Horarios provisionales)

PRIMER CURSO						SEGUNDO CURSO					
Primer Semestre			Segundo Semestre			Primer Semestre			Segundo Semestre		
Asignatura	Día	Hora	Asignatura	Día	Hora	Asignatura	Día	Hora	Asignatura	Día	Hora
Introducción al Derecho Procesal	L	17.00-18.30	Derecho Romano	L	17.00-18.30	Derecho Civil II	M	17.30-19.00	Derecho Eclesiástico del Estado	M	16.00-17.30
Derecho Civil I	L	18.30-20.00	Civil I	L	18.30-20.00	Derecho Administrativo II	M	19.00-20.30	Derecho Penal II	M	17.30-19.00
Fundamentos Clásicos de la Democracia	L	20.00-21.30	Derecho Constitucional I	M	17.00-18.30	Derecho Constitucional II	M	20.30-22.00	Derecho Constitucional III	M	19.00-20.30
Teoría del Estado Constitucional	M	17.00-18.30	Cultura Europea de España	M	18.30-20.00	Economía Política	X	16.00-17.30	Derecho Financiero y Tributario I	X	16.00-17.30
Teoría del Derecho	M	18.30-20.00	Derecho Administrativo I	M	20.00-21.30	Derecho Penal I	X	17.30-19.00	Derecho Civil II	X	17.30-19.00
Historia del Derecho	M	20.00-21.30				Derecho Financiero y Tributario I	X	19.00-20.30	Hacienda Pública	X	19.00-20.30

Escuela de adultos

ESCUELA DE ADULTOS

NORMAS GENERALES DE MATRÍCULA

- Ser mayor de 18 años o cumplirlos antes del 31 de diciembre de 2023.
- Estudiantes entre 16 o 18 años deberán presentar un contrato de trabajo por cuenta ajena con alta en la Seguridad Social.
- Todas las personas que han cursado estudios (ESO, FPB o PCPI) aportarán un certificado con las calificaciones obtenidas.
- Las personas que no puedan aportar certificado, realizarán una prueba de nivel o Valoración Inicial del Alumno (VIA) con el fin de orientarle adecuadamente al curso más idóneo según sus conocimientos y destrezas.
- Alumnos en posesión del título de Graduado Escolar aportarán una fotocopia del mismo.
- **Pago único de 13 €** (empadronados en Torrejón de Ardoz).
- **Duración del curso:** de septiembre a junio
- **Recogida de solicitudes:** del 1 al 7 de septiembre (hasta las 12:00 h.)
  - En la Escuela Municipal de Adultos.
  - En el portal de Torrejón Cultural: Escuela de Adultos.

NUESTRA ESCUELA

Nuestros horarios permiten compatibilizar los distintos turnos laborales de las personas.

Los grupos de Enseñanzas Iniciales ven complementadas sus clases con el manejo de ordenadores.

Con sesiones de orientación al finalizar los estudios.

En la Escuela realizamos actividades complementarias educativas...
Nos importan las personas.

▶ CONÓCENOS

C/ Leandro de Fernández de Moratín,6
(lateral del Complejo Deportivo Zona Centro José Antonio Paraíso, Barrio Verde)
Tel: 91 676 63 54
E-mail: emad@ayto-torrejon.es
www.torrejoncultural.es

Durante todo el curso se seguirán las indicaciones relativas al COVID previstas por las autoridades competentes pudiendo haber modificaciones en los cursos.

ENSEÑANZA SECUNDARIA PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE ESO

Al finalizar estos estudios NIVEL I (1º y 2º ESO), NIVEL II (3º y 4º ESO) obtendrás el Título de ESO (Graduado en Educación Secundaria Obligatoria).

Horarios previstos:
De mañana: 09:30 a 13:30
De tarde-noche: 17:30 a 21:30

ENSEÑANZAS INICIALES I

Las personas que cursen estos estudios adquirirán una formación básica que beneficiará su desarrollo personal, social y laboral.

Horarios: de mañana y tarde.

ENSEÑANZAS INICIALES II

En el que las personas se prepararán para su integración en los estudios para la obtención del graduado en ESO:

Horarios: de mañana y tarde.

ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS

Estos estudiantes aprenden el manejo de un español básico para desenvolverse en la vida cotidiana favoreciendo su integración.

Horarios: De mañana y tarde.
Atención personal con cita previa: Teléfono 91 676 63 54 o en el Centro.

OTROS CURSOS

AMPLIACIÓN CULTURAL

COMPETENCIA INFORMÁTICA

CCCSE

PREPARACIÓN PARA PRUEBAS LIBRES ESO
Información en septiembre

LA CAJA DEL ARTE

CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS TORREJÓN DE ARDOZ

- **Período extraordinario de matriculación para grupos con plazas disponibles:** del 5 al 14 de septiembre.
- **Lista de admitidos:** 15 de septiembre.
- **Horario secretaría:** de lunes a viernes de 15:30 a 20:30 h.
- **Comienzo de curso:** 1 de octubre de 2023.
- **Calendario del curso**:
  - **Periodo extraordinario** (50% de cuota mensual): del 18 al 30 de septiembre.
  - **Periodo curso:** del 1 de octubre al 22 de junio.
  - **Periodo de muestras finales, audiciones y festivales:** del 26 al 30 de junio.
- **Lugar:** C/ Joaquín Blume con C/ Eos.
- **Teléfono:** 912 35 31 99

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones, de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

CENTRO CULTURAL RAFAEL ALBERTI

Subsede Escuelas de Danza, Teatro y Música de La Caja del Arte

Matriculaciones del 5 al 14 de septiembre en el C.C. Rafael Alberti y en La Caja del Arte

Taller	Día	Horario	Precio	Completo	Matrícula
Teatro musical 6-12 años	V	17:30-19:30	30 €/mes	270,00 €	25,00 €

ESCUELA DE MÚSICA

ESPECIALIDADES INSTRUMENTALES

- **Cuerda:** Violín, violín celta, viola, violonchelo, contrabajo, guitarra clásica, guitarra flamenca, guitarra eléctrica, bajo y piano.
- **Viento:** Flauta, oboe, clarinete, fagot, trompa, trompeta, trombón, bombardino, acordeón y saxofón.
- **Percusión:** batería, timbales, xilófono, cajón flamenco, metalófono...
- **Canto lírico y moderno.**

Tarifas: el precio va en función del número de horas de la clase o agrupación. El pago esta prorrateado en 9 cuotas iguales.
En el periodo extraordinario la cuota es del 50%.

Formación musical e instrumentaL: desde 50 €/mes.

Consultar en Secretaría de La Caja del Arte los horarios de las especialidades instrumentales y agrupaciones.

NOTA: El precio asignado a cada grupo tiene un incremento de 25 € de matrícula.

PLAN DE ESTUDIOS MIXTO DE 0 a 3 AÑOS						
Años	Grupo	Días	Horario	Precio/ mes	Completo	Matrícula
ESTIMULACIÓN ARTISTICA DE 1 A 3 AÑOS						
1	I*	L-X	16:30-17:15 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
2			17:15-18:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
3			18:00-18:45 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
MÚSICA Y MOVIMIENTO						
4	I	L-X	18:00-18:45 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
	II	M-J	17:15-18:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
5	I	L-X	17:00-18:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
	II	M-J	18:00-19:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
6	I	L-X	18:00-19:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
	II	M-J	17:00-18:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
7	I	L-X	17:00-18:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €
	II	M-J	18:00 19:00 h.	30,00 €	270 €	25,00 €

PLAN DE ESTUDIOS A PARTIR DE 8 AÑOS							
Curso	Grupo	Años	Días	Horario	Precio/ mes	Completo	Matrícula
LENGUAJE MUSICAL							
1º	A	8 a 11	L-X	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	B	8 a 11	M-J	17:00-18:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	C	12 a 16	L-X	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	D	De 17 +	L-X	20:00-21:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
2º	A	8 a 11	L-X	17:00-18:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	B	8 a 11	M-J	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	C	8 a 11	M-J	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	D	12 a 16	L-X	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	E	De 17 +	M-J	19:00-20:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
3º	A	9 a 12	M-J	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	B	De 12+	L-X	19:00-20:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
4º	A		L-X	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	B		M-J	18:00-19:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
	C		M-J	19:00-20:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
5º			M	20:00-21:00 h.	55 €	495,00 €	25 €
6º			J	20:00-21:00 h.	55 €	495,00 €	25 €

* Lista de espera.

"Los patrones de la música y de todas las artes, son la clave del aprendizaje"

Con estas palabras Platón ya dejaba clara la importancia de la música en la vida. Desde la Escuela de Música La caja del Arte, rodeados de los mejores músicos y profesionales, queremos acercar esta disciplina a todas las personas.

Se habla de la importancia de la música en el aprendizaje que, independientemente de su edad, está demostrado que refuerza la atención y concentración, incrementa la memoria y creatividad, ayuda a tener más seguridad en sí mismo, fortalece las habilidades sociales...

Por eso, creemos firmemente en el desarrollo individual y colectivo. Puedes encontrar agrupaciones como coros, combos de rock, jazz, funk... orquestas y agrupaciones de cuerda y viento, etc.

Nos adaptamos a todos los niveles y edades, apostando por todos y cada uno de nuestros alumnos y alumnas. Damos la posibilidad de obtener titulaciones como ABRSM, Trinity College y RockSchool, pero también la opción de tener la música simplemente como desarrollo y complemento cultural.

100% de aprobados de alumnos presentados al Conservatorio

ESPECIALIDADES					
	Días	Horario	Precio/ mes	Completo	Matrícula
Clases particulares 45 min			75,00 €	600 €	25 €
Clases particulares 1 hora			100,00 €	800 €	25 €
Instrumento + Agrupación 1 hora			42,50 €	383 €	25 €
Clases extra 20 min, añadir al plan de estudios			30,00 €	270 €	25 €
Clases extra 40 min, añadir al plan de estudios			45,00 €	405 €	25 €
Combos	Pendiente de horarios. Preguntar en secretaría				
Producción Musical					
Musicoterapia					

ESCUELA DE DANZA

En la Escuela de Danza de La Caja del Arte el alumno/a podrá conocer sus propias posibilidades de **recepción, expresión y comunicación corporal,** con lo que enriquecerá así su personalidad y despertará el dominio de la sensibilidad. Contamos con un **plan de estudios completo,** dividido en edades y niveles de formación, además de asignaturas de especialización con las que el alumnado crece técnicamente a medida que profundiza en los movimientos.

Nuestro profesorado procede de importantes escuelas y conservatorios. Actualmente siguen en activo y compaginan su labor docente con diferentes compañías y proyectos profesionales.

Curso	Grupo	Años	Días	Horario	Precio/ mes	Completo	Matrícula
Predanza	A	De 4 a 6	L-X	17:20-18:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
	B	De 4 a 6	M-J	16:20-17:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Iniciación Clásica Infantil I	A	De 6 a 9	M-J	17:20-18:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Iniciación Clásica Infantil II	B	De 6 a 9	M-J	18:30-19.30 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Danza Clásica Adulto	D	De 17+	V	19:30-21:00 h.	35,00 €	315,00 €	25,00 €
Iniciación Contemporáneo Infantil	A	De 6 a 9	M-J	17:20-18:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Iniciación Contemporáneo Juvenil	B	De 10+	L-X	18:30-19:30 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Intermedio Contemporáneo	A	De 10+	M-J	18:30-20:00 h.	60,00 €	540,00 €	25,00 €
Intermedio Contemporáneo Adulto	B	De 10+	M-J	20:00-21:30 h.	60,00 €	540,00 €	25,00 €
Flamenco y Danza Española Infantil	A	De 6 A 9	L-X	17:20-18:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Flamenco y Danza Española Adulto	B	De 17+	L-X	19:40-20:40 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Flamenco y Danza Española Juvenil	B	De 10+	V	18:00-19:30 h.	35,00 €	315,00 €	25,00 €
Flamenco y Danza Española Intermedio Adulto	C	De 17+	L-X	20:40-21:40 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Swing Iniciación Adulto		De 17+	S	10:00-12:00 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Swing Intermedio Adulto		De 17+	S	12:00-14:00 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Pequemoderno	B	De 4 a 6	M-J	17:20-18:10 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Iniciación Danza Urbana Infantil I	A	De 6 a 9	L-X	17:20-18:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
	B	De 6 a 9	M-J	18:30-19:30 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Iniciación Danza Urbana Juvenil	B	De 10+	L-X	18:30-19:30 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Iniciación Danza Urbana Adulto	A	De 17+	M-J	20:40-21:40 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Intermedio Danza Urbana Infantil	C	De 9 a 11	M-J	19:20-18:20 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Intermedio Danza Urbana Juvenil	D	De 12+	M-J	19:40-20:40 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Competición Danza Urbana Juvenil		De 12+	L-X	18:30-20:00 h.	60,00 €	540,00 €	25,00 €
		De 12+	L-X	20:00-21:30 h.	60,00 €	540,00 €	25,00 €
K-Pop			S	10:00-12:00 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
			S	12:00-14:00 h.	40,00 €	360,00 €	25,00 €
Danzas del Mundo (Afro, Dembo...)	Preguntar en Secretaría						
Ritmos Latinos BSK (Bachata, Salsa, Kizomba...)							
Danza Estilo Libre							
Ballet fit (Barra al suelo)							

ESCUELA DE TEATRO

Dirigida a todos los públicos, abarca todos los ámbitos de la escena.

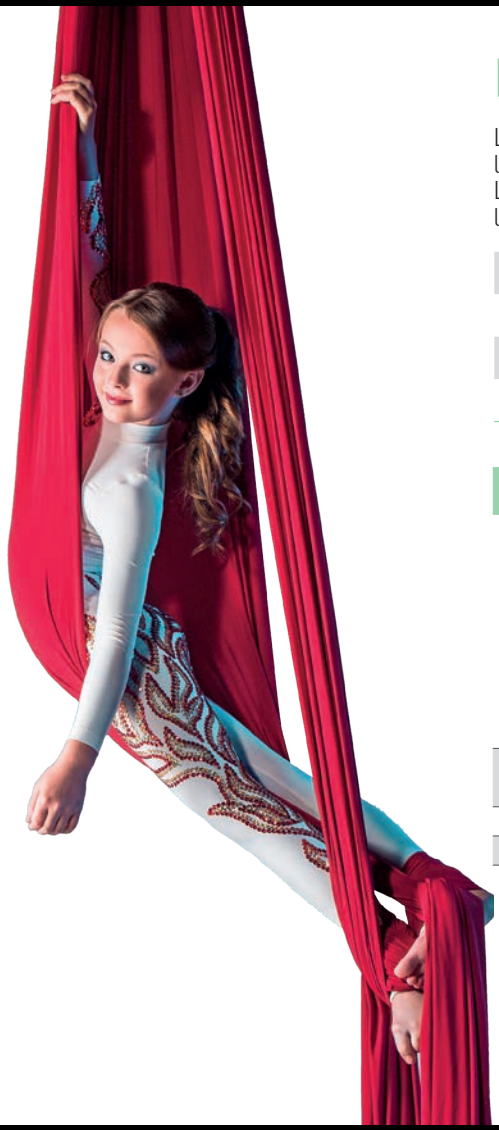
Pretende formar a sus alumnos/as en el campo de las artes escénicas de una forma íntegra y de **calidad** para permitirles incorporarse al mundo del espectáculo teatral con seguridad y enseñarles las **herramientas necesarias para trabajar encima del escenario.**

La formación teatral para niños/as y jóvenes desarrollará sus capacidades creativas y de expresión y utilizará el juego como fuente de aprendizaje. Gracias a la creación de un ambiente lúdico, los alumnos/as aprenderán los conocimientos de forma divertida y amena.

La forma se lleva a cabo en tres ciclos en función de la edad y de las capacidades de los alumnos.

Curso	Grupo	Días	Horario	Precio/ mes	Completo	Matrícula
Juego Escénico, 4 a 5 años	A	L-X	17:20-18:20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	B	M-J	17:20-18:20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	C	V	17:20-19:20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Teatro Creativo, 6 a 8 años	A	L-X	17:20-18:20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	B	M-J	18:30-19:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	C	V	17:20-19:20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	D	S (inglés)	10:00-12:00 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Iniciación al Teatro, 9 a 11 años	A	L-X	18:30-19:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	B	M-J	18:30-19:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	C	V	17:20-19:20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	D	S (inglés)	12:00-14:00 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Teatro Juvenil, 12 a 17 años	A	L	18:30-20:00 h.	25,00 €	225,00 €	25,00 €
	B	X	18:30-20:00 h.	25,00 €	225,00 €	25,00 €
	C	V	19:30-21:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Teatro Adulto +17 años	A*	L-X	20:10-21:40 h.	45,00 €	405,00 €	25,00 €
	B**	J	19:40. 21:40 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	C*	J	19:40-21:40 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	D	V	19:30-21:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	E**	S	10:00-12:00 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
	F*	S	12:00-14:00 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Compañía Amateur		S	10:00-14:00 h.	50,00 €	450,00 €	25,00 €
Interpretación ante la Cámara, Preparacion al Casting/Cine		M	19:40-21:40 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Teatro Musical Infantil		V	17:20-19.20 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Teatro Musical Juvenil		V	19:30-21:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Teatro Musical adulto		M	19:30-21:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Doblaje		L	19:30-21:30 h.	30,00 €	270,00 €	25,00 €
Resad	Preguntar en Secretaría					
Teatro Contemporaneo/Performance						
Tetro de las Emociones (Teatro Social)						
Lectura Dramatizadas Poesía						

* Intermedio.
** Iniciación.



ESCUELA DE CIRCO

La Escuela de Circo es un espacio de aprendizaje artístico alternativo, lúdico, educativo y deportivo, dirigido al público infantil, juvenil y adulto. La Escuela de Circo pretende ser un sitio donde aprender con profesionales las disciplinas circenses y las acrobáticas o aéreas entre otras.

Periodo de matriculación: del 5 al 14 de septiembre.

Lugar: C/ Joaquín Blume con c/Eos

Horario de Secretaria: de lunes a viernes 15:30 a 20:30 h.

Tel.: 912 35 31 99

CURSOS	Edad	Días	Horario	Precio/ mes	Completo	Matrícula
Telas Aéreas	De 8 a 15	M	18:30-20:00 h.	40 €	360 €	25 €
	De 8 a 15	J	17:00-18:30 h.	40 €	360 €	25 €
	De 8 a 15	J*	18:30-20:00 h.	40 €	360 €	25 €
	De 8 a 15	V	17:00-18:30 h.	40 €	360 €	25 €
	De 8 a 15	V	18:30-20:00 h.	40 €	360 €	25 €
	A partir de 16	M	20:00-21:30 h.	40 €	360 €	25 €
	A partir de 16	J	20:00-21:30 h.	40 €	360 €	25 €
	A partir de 16	V	20:00-21:30 h.	40 €	360 €	25 €
Aro Aéreo	De 8 a 15	J	18:30-20:00 h.	40 €	360 €	25 €
	A partir de 16	J	20:00-21:30 h.	40 €	360 €	25 €
Pole Dance Aéreo	A partir de 16	V	20:10-21:40 h.	40 €	360 €	25 €
Acrokids	De 8 a 15	M	17:30-18:30 h.	30 €	270 €	25 €

* Lista de espera

cultura

NORMAS DE MATRÍCULA

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- Del 5 al 16 de septiembre, **recogida de solicitudes.**
- 19 de septiembre, **sorteo de grupos.**
  Salón de Actos Casa de la Cultura. C/ Londres, 5.
  12:00 horas.

  El sorteo consiste en extraer una letra (A-Z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- 22 de septiembre, **exposición listas de admitidos.**
- Del 23 al 27 de septiembre, **plazo para presentar bajas.**
- **Horario**: de lunes a viernes, de 09:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.
- **Inicio del curso:** semana del 9 de octubre de 2023.
- **Calendario del curso:**
  * PERIODO I:
    Del 9 de octubre al 22 de diciembre de 2023.
  * PERIODO II
    Del 8 de enero al 23 de marzo de 2024.
  * PERIODO III:
    Del 1 de abril al 15 de junio de 2024.

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones, de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Los alumnos no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida. En el caso de los talleres infantiles, deberán entregar y recoger a los menores en la puerta del aula donde se imparten las actividades.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeros y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. No está permitido el acceso a las aulas a personas ajenas a la actividad y/o a personas no matriculadas en el curso o taller.
8. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
9. Para el buen desarrollo de las actividades, los alumnos deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.

10 Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de los alumnos.

10. No está permitido comer, fumar, beber...en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.

12. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Podrán inscribirse en los cursos/talleres, los mayores de 18 años, y los menores de edad, con autorización del padre, madre o tutor.
5. Los cursos/talleres infantiles estarán debidamente especificadas en la programación, considerándose por tanto el resto, exclusivamente para adultos.
6. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
7. En el caso de inscripciones de menores de edad, deberán presentar Libro de Familia y DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte del padre, madre o tutor, según proceda.
8. Para los cursos/talleres de Mayores será necesario acreditarse con el carné de socio de centros de Mayores.
9. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
10. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
11. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
12. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
13. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
14. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
15. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
16. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
17. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas parejas (como son Bailes de Salón y Ritmos Latinos), serán presentadas conjuntamente, determinando cuál de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza. En el caso de Conocer Madrid, también se podrá realizar la matrícula de forma conjunta aunque no es obligatorio.
18. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
19. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
20. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
21. El material fungible para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
22. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
23. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
24. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

LA CAJA DEL ARTE

C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tél. 912 35 31 98
Horario: de lunes a viernes, de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 10 de octubre de 2023 al 16 de junio de 2024

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
CAPOEIRA	Lunes	Miércoles	19:30-21:30 h.	**28€/mes**	Plazas disponibles
CÓMIC INFANTIL (6 a 12 años)	Sábado		10:30-12:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
CREATIVIDAD INFALTIL de 6 a 12 Años (Dibujar, Pintar, Arcilla, Plastelina, Collage, Goma Eva, Manualidades de Art Attack)	Sábado		12:00-13:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
CROMOTERAPIA (Estética y Cuidado Personal)	Jueves		10:15-12:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DECORACIÓN DE INTERIORES	Viernes		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA ADULTOS	Lunes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
DIBUJO Y PINTURA NIÑOS (a partir de 10 años)	Lunes		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			19:35-21:05 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA NIÑOS (7-9 años)	Martes		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA (6 a 8 años)	Miércoles		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (mejora la fuerza y la resistencia muscular)	Lunes	Miércoles	09:30-10:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
GAP I	Lunes	Miércoles	19:15-20:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
GAP II	Lunes	Miércoles	20:15-21:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS A1	Lunes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS A2	Jueves		19:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS INFANTIL (7 a 10 años)	Jueves		17:30-19:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
HIPOPRESIVOS	Viernes		09:30-11:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
LETTERING NIÑOS (a partir de 9 años)	Jueves		17:30-19:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
	Viernes		17:00-18:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
MANUALIDADES (Artes Decorativas)	Martes		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
MAQUILLAJE (Cuidado de Imagen y Protocolo)	Miércoles		10:15-12:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES	Martes	Jueves	09:30-10:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			10:35-11:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	17:00-18:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:05-19:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			19:10-20:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			20:15-21:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES EMBARAZADAS (Prenatal Postnatal)	Lunes	Miércoles	10:30-11:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES MAT (Pilates en colchonetas)	Lunes	Miércoles	17:00-18:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN	Viernes		11:05-12:35 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
POLE DANCE 1	Viernes		16:00-17:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
POLE DANCE 2	Viernes		17:35-19:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
POLE DANCE 3 (Niñas)	Viernes		19:40-21:10 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
POLE DANCE 4	Sábado		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
POLE DANCE 5	Sábado		12:05-13:35 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
SCRAPBOOKING	Jueves		19:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
YOGA	Martes	Jueves	09:30-11:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			11:05-12:35 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			16:00-17:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			17:00-18:30 h.	**72,00 €**	Lista de espera
			18:30-20:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
			20:00-21:30 h.	**60,00 €**	Lista de espera

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 9 de octubre de 2023 al 22 de diciembre de 2023

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
PROTOCOLO Y ORGANIZACIÓN DE EVENTOS	Martes	10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
URBANSKETCHBOOK (Adultos) bocetos urbanos con acuarelas	Jueves	10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles

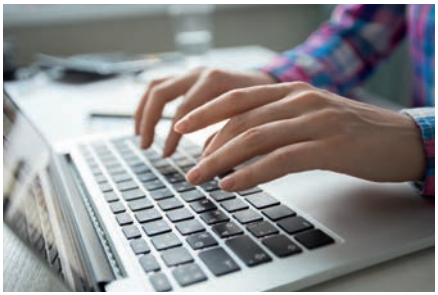
CASA DE LA CULTURA

C/ Londres, 5. Tel. 916 74 98 70
Horario: de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 9 de octubre de 2023 al 15 de junio de 2024

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
APRENDE ORDENADOR Y MÓVIL	Lunes	Miércoles	10:15-11:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
APRENDE MÓVIL Avanzado	Viernes		09:30-11:30 h.	**60,00 €**	Lista de espera
APRENDE MÓVIL Iniciación	Viernes		11:35-13:35 h.	**60,00 €**	Lista de espera
BAILES DE SALÓN	Lunes	Miércoles	19:05-20:05 h.	**60,00 €**	Lista de espera
BOLILLOS	Miércoles		18:00-21:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
CERÁMICA INFANTIL (7 a 12 años)	Martes		18:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
CERÁMICA grupo 1	Lunes		18:30-21:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
CERÁMICA grupo 2	Miércoles		18:00-21:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
CERÁMICA grupo 3	Viernes		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
CERÁMICA grupo 4	Viernes		18:00-21:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
CERÁMICA grupo 5	Jueves		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
CONOCE MADRID grupo 1	Martes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
CONOCE MADRID grupo 2	Jueves		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles



Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
CONOCE MADRID grupo 3	Sábado		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
CONOCE MADRID grupo 4	Viernes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 1	Martes	Jueves	18:05-19:35 h.	**72,00 €**	Lista de espera
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 2	Martes	Jueves	19:40-21:10 h.	**72,00 €**	Lista de espera
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 3	Jueves		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
COSTURA BÁSICA	Lunes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
CROCHET	Viernes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO INFANTIL grupo 1	Sábado		09:30-11:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO INFANTIL grupo 2	Sábado		11:35-13:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA 1	Miércoles		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
DIBUJO Y PINTURA 2	Jueves		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
ESPALDA SANA 1	Viernes		09:30-11:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
ESPALDA SANA 2	Viernes		11:05-12:35 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
HISTORIA DEL ARTE	Miércoles		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ILUSTRACIÓN, CÓMIC Y MANGA ADULTOS	Martes		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS 0	Jueves		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS A1	Jueves		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
INGLÉS A2	Lunes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
INGLÉS B1	Martes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS B2	Lunes		19:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN	Jueves		19:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS PARA EL TRABAJO	Miércoles		19:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
LAS OBRAS PICTÓRICAS Y SUS SECRETOS	Jueves		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
LENGUA SIGNOS	Martes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
LENGUA SIGNOS NIVEL MEDIO	Martes		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
MÓVIL INICIACIÓN	Martes		16:00-18:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PATCHWORK	Martes	Jueves	16:30-18:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
PILATES grupo 1	Martes	Jueves	11:30-12:30 h.	**60,00 €**	Lista de espera
PILATES grupo 2	Martes	Jueves	12:35-13:35 h.	**60,00 €**	Lista de espera
PILATES grupo 3	Lunes	Miércoles	17:30-18:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
PILATES grupo 4	Lunes	Miércoles	18:35-19:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES grupo 5	Lunes	Miércoles	19:40-20:40 h.	**60,00 €**	Lista de espera
PILATES grupo 6	Lunes	Miércoles	20:30-21:340 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES grupo 7	Martes	Jueves	17:30-18:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES grupo 8	Martes	Jueves	18:35-19:35 h.	**60,00 €**	Lista de espera
PILATES grupo 9	Martes	Jueves	19:40-20:40 h.	**60,00 €**	Lista de espera
PILATES grupo 10	Martes	Jueves	18:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES grupo 11	Martes	Jueves	19:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES grupo 12	Martes	Jueves	20:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 1	Lunes	Miércoles	16:25-17:25 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 2	Martes	Jueves	16:25-17:25 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
POESÍA	Miércoles		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
READING CLUB	Miércoles		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
RITMOS LATINOS	Lunes	Miércoles	20:10-21:10 h.	**60,00 €**	Lista de espera
SEVILLANAS Avanzado	Viernes		18:30-20:00 h.	**48,00 €**	Lista de espera
SEVILLANAS Iniciación	Viernes		17:00-18:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
TAICHI	Viernes		09:30-11:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
YOGA grupo 1	Lunes	Miércoles	10:35-12:05 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
YOGA grupo 2	Martes	Jueves	09:00-10:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
YOGA grupo 3	Martes	Jueves	10:35-12:05 h.	**72,00 €**	Lista de espera
YOGA grupo 4	Lunes	Miércoles	16:30-18:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
YOGA grupo 5	Lunes	Miércoles	18:05-19:35 h.	**72,00 €**	Lista de espera
YOGA grupo 6	Lunes	Miércoles	19:40-21:10 h.	**72,00 €**	Lista de espera
YOGA grupo 7	Martes	Jueves	16:30-18:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
YOGA grupo 8	Martes	Jueves	18:05-19:35 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
YOGA grupo 9	Martes	Jueves	19:40-21:10 h.	**72,00 €**	Lista de espera
YOGA grupo10	Sábado		12:00-13:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CINE EN FAMILIA

Domingos 22 de octubre y
5 de noviembre
Casa de Cultura (C/ londres, 5)

Los mejores cortometrajes infantiles de todo el mundo

Cortometrajes distintos cada día

12:00 horas: **Cortometrajes para público de 2 a 7 años**

12:45 horas: **Cortometrajes para público de 8 a 12 años**

VI CERTAMEN DE CORTOMETRAJES REYES ABADES

FASE OFICIAL

3, 9 y 10 nov. 2023 - 19:30 h.
Casa de Cultura. C/ Londres 2

11 nov. 2023 - 20:00 h.

GALA DE ENTREGA DE PREMIOS

Teatro José María Rodero. C/ Londres 2

JUEVES DE CINE ESPAÑOL

Octubre-diciembre 2023 • Casa de Cultura (C/ londres, 5)
Todas las proyecciones serán a las 19 horas

19 octubre

2 noviembre

16 noviembre

30 noviembre

IV CERTAMEN LOCAL DE PINTURA

Presentación de obras hasta
el 28 de septiembre
Inscripciones: www.mundoarti.com

C.C. EL PARQUE

C/ Hilados, s/n. Tel. 916 74 98 51
Horario: de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

COLEGIO FLORES DE UCRANIA

CURSOS ANUALES

Del 10 de octubre de 2023 al 16 de junio de 2024

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
AEROZUMBA	Lunes	Miércoles	19:30-20:30 h.	**60,00 €**	Lista de espera
AEROZUMBA II	Lunes	Miércoles	20:35-21:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ALEMÁN A1	Viernes		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ALEMÁN A2	Viernes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
BAILES DE SALÓN (solo parejas)	Martes	Jueves	17:35-18:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
BOLILLOS	Martes	Jueves	16:30-18:00 h.	**72,00 €**	Lista de espera
BOLLYWOOD	Viernes		19:15-21:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
COCINA INTERNACIONAL	Lunes		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			18:30-21:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
COCINA BÁSICA	Martes		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			18:30-21:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
COCINA AVANZADA	Miércoles		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			18:30-21:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
COCINA REGIONAL	Jueves		10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			18:30-21:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
CONOCER MADRID	Lunes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Martes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
	Miércoles		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Jueves		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
	Viernes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
CORTE Y CONFECCIÓN	Lunes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	17:45-19:15 h.	**72,00 €**	Lista de espera
			19:30-21:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Jueves		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA	Lunes		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Miércoles		17:30-20:30 h.	**72,00 €**	Lista de espera
	Jueves		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL	Viernes		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Lista de espera
DIBUJO Y PINTURA JUVENIL 13 a 16 años	Viernes		19:30-21:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
ESCRIBAMOS HISTORIAS. Herramientas y Técnicas Narrativas I	Martes		12:00-14:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ESCRIBAMOS HISTORIAS. Herramientas y Técnicas Narrativas II	Martes		12:00-14:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
FOTOGRAFÍA INICIACIÓN	Lunes	Miércoles	18:00-19:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			19:35-21:05 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Martes	Jueves	19:35-21:05 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
FOTOGRAFÍA INTERMEDIO	Miércoles		12:00-14:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Viernes		18:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
FOTOGRAFÍA AVANZADO	Miércoles		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
FOTOGRAFÍA TALLER ABIERTO	Martes	Jueves	18:00-19:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
FRANCÉS A1	Miércoles		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
FRANCÉS A2	Miércoles		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
GESTIÓN ADMINISTRATIVA Y SECRETARIADO	Martes		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
GRABADO	Jueves		17:00-20:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
GUITARRA INFANTIL (8 a 12 años)	Martes	Jueves	17:30-18:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
GUITARRA TALLER ABIERTO (+ 3 años)	Martes	Jueves	19:40-20:40 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
GUITARRA INICIACIÓN	Lunes	Miércoles	17:00-18:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:05-19:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
GUITARRA AVANZADO (2º año)	Martes	Jueves	18:35-19:35 h.	**60,00 €**	Lista de espera
HISTORIA DE ESPAÑA	Lunes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
HISTORIA DEL ARTE	Miércoles		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
HIP-HOP AVANZADO	Lunes	Miércoles	16:30-18:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
HIP-HOP INFANTIL	Viernes		17:30-19:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA PARA EL HOGAR	Martes		11:35-13:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS A1	Lunes		18:30-20:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS A2	Martes		18:30-20:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS B1	Miércoles		18:30-20:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS B2	Jueves		18:30-20:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN NIVEL A2	Martes		18:30-20:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
LITERATURA UNIVERSAL (Premios Cervantes)	Martes		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PATCHWORK	Miércoles		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES	Martes	Jueves	09:30-10:30 h.	**60,00 €**	Lista de espera
			10:35-11:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			20:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	18:05-19:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			19:10-20:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			20:15-21:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN	Viernes		09:30-11:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			11:35-13:05 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
	Martes	Jueves	12:00-13:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PSICOLOGÍA EMOCIONAL	Lunes		17:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
RESTAURACIÓN MUEBLES	Martes		09:30-12:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			17:00-20:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
RITMOS LATINOS	Viernes		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
SEVILLANAS INICIACIÓN	Martes	Jueves	19:30-20:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
SEVILLANAS AVANZADO	Martes	Jueves	18:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
TAPICES Y ALFOMBRAS	Martes		17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
USO BÁSICO DE MÓVIL Y TABLETS	Martes		09:30-11:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Miércoles		16:00-18:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
YOGA	Lunes	Miércoles	09:00-10:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			10:35-12:05 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			17:00-18:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:00-19:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Martes	Jueves	17:00-18:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
			18:35-20:05 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 9 de octubre de 2023 al 22 de diciembre de 2023

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
NUTRICIÓN DEPORTIVA NIVEL I	Viernes	10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

Auladade
Aula de Humanidades

España contemporánea: historia, arte y literatura en la segunda mital del siglo XIX

Conoce de manera amena la historia de España, del reinado de Isabel II a la Regencia de Mª Cristina y el desastre de 1898, así como las manifestaciones artísticas y literarias de ese período. Profesorado universitario experto en la divulgación de las Humanidades.

Periodo	Matrícula	Días	Horario	Precio Período	Más información
Del 10 de octubre de 2023 al 28 de mayo de 2024	A partir del 1 de septiembre	Martes	17:00-18:30 h.	**190,00 €** (en 2 cuotas)	Tel. 91 674 98 51 www.auladade.com auladades@hotmail.com

C.C. RAFAEL ALBERTI

C/ Cañada, 50. Tel. 916 55 77 28
Horario: de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 9 de octubre de 2023 al 15 de junio de 2024

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
CATA DE CERVEZAS	Viernes	16:55-18:55 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
CATA DE VINOS: VINOS NACIONALES E INTERNACIONALES	Lunes	19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Martes	19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Viernes	19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Lista de espera
CATA DE VINOS AVANZADO	Miércoles	19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
CLUB DE LECTURA: leyendo a los Premios Cervantes	Sábado	12:05-13:35 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
CREACIÓN DE CUENTOS E ILUSTRACIÓN PARA ADULTOS	Martes	19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DANZA BOLLYWOOD	Viernes	17:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
DANZA BOLLYWOOD EN FAMILIA (Adulto + ninɑ desde 5 años) Forma de pago: adulto 100%, 1er niño 50% y 2º gratis. Máximo 2 niños por adulto.	Jueves	17:25-18:55 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
DANZAS ORIENTALES	Martes	17:25-18:55 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA	Sábado	09:55-11:55 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes / Miércoles	19:30-21:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Jueves	19:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Martes	10:00-13:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (7-12 años)	Lunes / Miércoles	17:55-19:25 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Sábado	12:00-13:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
	Jueves	17:30-19:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
ESCRIBE TU NOVELA: DE LA IDEA AL PUNTO FINAL	Viernes	18:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ESCRITURA CREATIVA: CUÉNTAME UN CUENTO	Sábado	10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ESTILISMO, MODA Y MAQUILLAJE AVANZADO	Martes	19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

GAP	Martes	Jueves	20:05-21:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ILUSTRACIÓN Y ANIMACIÓN DE PERSONAJES	Sábado		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN	Martes		19:30-21:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
INGLÉS PREPARACIÓN FIRST CERTIFICATE IN ENGLISH (FCE)	Lunes		17:25-19:25 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
MANUALIDADES CREATIVAS INFANTIL (7-12 años) (Lettering, D.I.Y.S., Scrapbooking...)	Miércoles		17:15-18:48 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
MAQUILLAJE INICIACIÓN	Jueves		19:00-21:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
MASAJE RELAJANTE Y DESCONTRACTURANTE	Jueves		17:25-19:25 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
MEDITACIÓN	Lunes		17:30-19:00	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES	Lunes	Miércoles	09:00-10:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			10:05-11:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			11:10-12:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			16:55-17:55 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			19:05-20:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			20:10-21:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			20:10-21:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Martes	Jueves	09:00-10:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			10:05-11:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			11:10-12:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			17:00-18:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:05-19:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			19:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			19:05-20:05 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			20:10-21:10 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Viernes		19:05-20:35 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN	Lunes	Miércoles	09:00-10:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
YOGA	Lunes	Miércoles	10:00-11:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	16:55-18:25 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	18:30-20:00 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	20:05-21:35 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
	Viernes		20:00-21:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
	Sábado		10:00-11:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles

YOGA NIDRA Y MINDFULLNESS	Jueves		19:30-21:00 h.	**48,00 €**	Lista de espera
YOGA Y MINDFULLNESS	Lunes		11:35-12:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
YOGA EN FAMILIA (Adulto + niñ@ desde 5 años) Forma de pago: adulto 100%, 1er niño 50% y 2º gratis. Máximo 2 niños por adulto.	Viernes		18:50-19:50 h.	**40,00 €**	Plazas disponibles
ZUMBA	Martes	Jueves	16:55-17:55 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
			18:00-19:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
ZUMBA EN FAMILIA (Adulto + niñ@ desde 5 años) Forma de pago: adulto 100%, 1er niño 50% y 2º gratis.Máximo 2 niños por adulto.	Sábado		10:30-11:30 h.	**40,00 €**	Plazas disponibles
			11:35-13:05 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 9 de octubre de 2023 al 22 de diciembre de 2023

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
REIKI NIVEL 1	Miércoles	17:15-19:15 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
SHIATSU NIVEL 1	Miércoles	19:20-21:20 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

C.C. LAS FRONTERAS

C/ Salvador Allende, 7. Tel. 916 74 97 72
Horario: de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

MIORIȚA
ESPACIO CULTURAL RUMANO

CURSOS ANUALES

Del 9 de octubre de 2023 al 15 de junio de 2024

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
APRENDE RUMANO (BÁSICO)	Martes		19:00-21:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
	Jueves		19:00-21:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
BAILES TRADICIONALES RUMANOS	Viernes		19:00-20:30 h.	48,00 €	Plazas disponibles
BAILES RUMANOS	Sábados		15:00-17:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
BOLILLOS	Lunes		16:30-19:30 h.	72,00 €	Plazas disponibles
BODY FLOW	Martes	Jueves	18:00-19:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
CATA DE CERVEZAS	Miércoles		18:35-20:35 h.	60,00 €	Plazas disponibles
CONOCER MADRID I	Viernes		12:00-14:00 h.	60,00 €	Lista de espera
CONOCER MADRID II	Martes		12:00-14:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN	Martes		19:05-21:05 h.	60,00 €	Plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN TRAJES TÍPICOS RUMANOS	Miércoles		19:00-21:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
CULTURA Y TRADICIONES RUMANAS	Jueves		10:00-11:30 h.	48,00 €	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL	Martes		18:00-19:30 h.	48,00 €	Plazas disponibles
DISEÑO DE MODA Y PATRONAJE	Martes		17:00-19:00 h.	60,00 €	Plazas disponibles
GAP	Martes	Jueves	19:30-20:30 h.	60,00 €	Plazas disponibles
GEOGRAFÍA DE RUMANÍA	Martes		16:30-18:30 h.	60,00 €	Plazas disponibles
HISTORIA DE RUMANÍA	Miércoles		16:30-18:30 h.	60,00 €	Plazas disponibles
LENGUA, CULTURA Y CIVILIZACIÓN RUMANA	Lunes		16:30-18:30 h.	60,00 €	Plazas disponibles
	Jueves		16:30-18:00 h.	48,00 €	Plazas disponibles
INGLÉS INTERMEDIO	Lunes	Viernes	17:30-19:00 h.	72,00 €	Plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN	Lunes	Viernes	19:05-20:35 h.	72,00 €	Plazas disponibles
MANUALIDADES PARA NIÑOS	Lunes	Miércoles	15:30-17:00 h.	72,00 €	Plazas disponibles

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
MANUALIDADES Y TRADICIONES RUMANAS	Jueves		18:00-19:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
	Viernes		18:00-19:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
MÚSICA POPULAR RUMANA	Martes		19:30-21:00 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
PILATES I	Lunes	Miércoles	17:30-18:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES II	Lunes	Miércoles	18:45-19:45 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES III	Lunes	Miércoles	20:00-21:30 h.	**72,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN I	Martes	Jueves	18:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN II	Martes	Jueves	11:45-12:45 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN III	Viernes		11:00-12:30 h.	**48,00 €**	Lista de espera
RITMOS LATINOS	Jueves		19:00-20:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
TALLERES PARA NIÑOS RUMANOS. RECUERDOS DE LA NIÑEZ (AMINTIRI DIN COPILARIE)	Lunes		18:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
	Miércoles		18:00-20:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
TEATRO RUMANO	Sábado		10:00-12:00 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
SEVILLANAS	Martes	Jueves	18:30-19:30 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
YOGA / TAICHI-CHI KUNG	Lunes	Miércoles	19:35-20:35 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles
YOGA Y MINDFULNESS	Martes		18:00-19:30 h.	**48,00 €**	Plazas disponibles
ZUMBA	Lunes	Viernes	12:40-13:40 h.	**60,00 €**	Plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

voluntariado

CONCEJALÍA DE **VOLUNTARIADO**

VOLUNTARIOS POR TORREJÓN

¿Quieres ser voluntario o voluntaria en Torrejón de Ardoz? Ven e inscríbete en la concejalía de Voluntariado. **"Te necesitamos".**
Envíanos un email o contacta con nosotros en movilidadyvoluntariado@ayto-torrejon.es o en el teléfono 916 78 38 68.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
A partir del 11 de septiembre, de 10:00 a 14:00 horas
Concejalía de Voluntariado. Centro Polivalente Abogados de Atocha.
C/ Londres, 11B. 2ª planta. Tel. 916 78 38 68
movilidadyvoluntariado@ayto-torrejon.es

Los talleres se impartirán en el Centro Polivalente Abogados de Atocha, salvo en los que específicamente se indique lo contrario y hasta finalizar plazas. Las actividades que no se indica que son gratuitas tienen coste.

Talleres	Días	Horario	Precio
TALLER DE TAICHI	Del 21 de septiembre al 14 de diciembre	11:00 – 12:30	Gratuito
CURSO HO'OPONOPONO	Del 21 de septiembre al 13 de junio	Jueves 18:30 – 20:00	Gratuito
TALLER: TU MEJOR TÚ (MONOGRÁFICO HO'OPOPONO)	28 de septiembre	18:00 – 19:00	Consultar coste
TARDE DE BAILES DE SALÓN	4 y 18 de octubre	18:00 – 19:30	Gratuito
TALLER: TU MEJOR TÚ (MONOGRÁFICO HO'OPOPONO)	26 de octubre	18:00 – 19:00	Gratuito
APRENDE A RELAJARTE Y MEDITAR PARA TU BIENESTAR. TALLER DE INICIACIÓN	Del 6 noviembre al 4 de diciembre	Lunes 18:00 – 19:00	Gratuito
TARDE DE BAILES DE SALÓN	8 y 22 de noviembre	18:00 – 19:30	Gratuito
PONEMOS GUAPA LA AUTOESTIMA; LA IMPORTANCIA DEL AUTOCUIDADO EN LA SALUD MENTAL	14 de noviembre	18:00 – 19:00	Gratuito
BAÑO DE SONIDO DE CUENCOS TIBETANOS	21 de noviembre	18:00 - 19:00	Gratuito
TALLER: TU MEJOR TÚ (MONOGRÁFICO HO'OPOPONO)	30 de noviembre	18:00 – 19:00	Gratuito
CENA DE LA AMISTAD Y EL VOLUNTARIADO	2 de diciembre	–	Coste
TARDE DE BAILES DE SALÓN	13 y 27 de diciembre	18:00 – 19:30	Gratuito

CURSOS ESPECÍFICOS DE FORMACIÓN DE VOLUNTARIADO

Talleres	Días	Horario	Precio
FORMACIÓN EN VOLUNTARIADO	16, 17 y 18 de octubre	17:00 a 20:00	Gratuito
ELABORACIÓN DE PROYECTOS DE VOLUNTARIADO	14 y 15 de noviembre	16:00 –19:30	Gratuito

VISITAS CULTURALES **Y EXCURSIONES**

- **MADRILEANDO CON PLATA**
  Actividad de realización mensual (con coste). Jornada de todo un día por Madrid donde podremos disfrutar de visitas guiadas por la ciudad, comida y teatro o musical.

ACTIVIDADES DE **CONTINUIDAD**

(los horarios pueden sufrir cambios)

ACTIVIDADES DE SOCIALIZACIÓN

- **CAMINAR PARA ESTAR EN FORMA Y SOCIALIZAR**
  Martes y jueves de 20:30 a 21:30 h.

OTROS TALLERES

La programación se complementará con diversas acciones formativas y lúdicas para las cuales se deberá contactar con la concejalía de Voluntariado:

- **TARDES PARA CHARLAR Y HACER AMIGOS**
  (los grupos no se abrirán si no existe un mínimo de participantes)

En la programación hay actividades donde se ha contado con la colaboración de voluntarios y asociaciones sin ánimo de lucro: Parkinson de Torrejón, Fibromialgia (AFTA), Runners de Torrejón, Trastorno de la alimentación PLATA y Grupo de profesores de baile de la concejalía de Mayores.

deporte

NORMATIVA GENERAL DE LA OFERTA DEPORTIVA MUNICIPAL

1. Impresos y documentación

Cumplimentar debidamente la solicitud de inscripción: datos personales, de actividad y bancarios, aportando justificante de los mismos.

Los impresos están disponibles en nuestras oficinas de atención al público, en nuestros puntos de control e inscripciones y en nuestra página web.

2. Pago de inscripciones

Abonar cuota correspondiente al primer bimestre/trimestre en metálico o con tarjeta y 12,10 euros en concepto de matrícula (6,00 euros con ADM). Se abonará una matrícula por cada actividad (descuento del 50% a partir de la 2ª matrícula).

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la Concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a los precios de las actividades.

En caso de no comunicar baja (mediante impreso de solicitud de baja), se renovará la actividad automáticamente, generando el pago mediante domiciliación bancaria.

La devolución de un recibo impedirá tener acceso a cualquier instalación deportiva hasta que éste no sea abonado.

Las escuelas deportivas ofertadas tienen un coste anual que se abonará en forma bimestral o trimestral dependiendo del caso.

Los precios de las escuelas deportivas se incrementarán para los no empadronados en un 25% y en 3 euros la matrícula.

3. Bajas o renuncias

Para tramitar la baja se deberá entregar el impreso de solicitud de baja. **La solicitud debe presentarse con anterioridad a la finalización del bimestre/trimestre en curso y de forma presencial.** Si no se generará el pago sin posibilidad de devolución.

El simple hecho de no asistir a clase no exime del pago del correspondiente trimestre/bimestre.

Si una persona se da de baja en una actividad y se da de alta en otra o en la misma durante el mismo curso, abonará matrícula.

El importe de la matrícula y del carnet no se devolverán en ningún caso.

4. Reserva de plaza

Los alumnos/as inscritos/as en el último trimestre/bimestre podrán optar por reservar su plaza para el curso siguiente (dependiendo de la programación de los grupos en el nuevo curso).

5. A tener en cuenta

La oferta deportiva se iniciará el 1 de octubre. El calendario de clases se comunicará al comienzo de la actividad.

En la "Normativa de uso y funcionamiento de la Concejalía de Deportes" podrán encontrar todos los aspectos que rigen esta oferta deportiva.

httpp://deportes.ayto-torrejon.es/normativas

6. Edades

La edad de cada grupo se comunicará en cada caso.

CLASES COLECTIVAS

NUEVAS INSCRIPCIONES (solo empadronados)
Concertando cita previa on-line desde el 28 agosto 2023

- aytotorrejon.deporsite.net (usuarios registrados)
- Vía telefónica y presencial:
  - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
    Teléfono: 916 56 31 11
  - Complejo Deportivo Calle Londres
    Teléfono: 916 56 14 83
  - De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
    Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas

INSCRIPCIONES DESDE EL 9 DE SEPTIEMBRE, SEGÚN CITA
Atención normalizada desde el 25 de septiembre (empadronados y no empadronados)

1. Ciudad Deportiva Joaquín Blume
   Teléfono: 916 56 31 11. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
   Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas
2. Complejo Deportivo Calle Londres
   Teléfono: 916 56 14 83. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
   Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas
3. Complejo Deportivo Juan Antonio Samaranch
   Teléfono: 916 77 33 08. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
   Sábados, domingos y festivos de 8:30 a 14:00 horas
   Desde el 1 de octubre
4. Complejo Deportivo Juncal
   Teléfono: 916 77 90 70. Lunes a viernes de 8:30 a 14:30 horas

CLASES COLECTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

RUNNING

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Si tu pasión son las carreras populares o practicas el Running para mantenerte en forma, tienes que probar esta actividad.	M-J	18:15 - 19:15

2 días (1 hora) - 32,20 €/trimestre **(ADM 20,40 €)**

TRAINING OUTDOOR

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Acondicionamiento físico al aire libre	M-J	19:15 - 20:15

2 días - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonia entre el cuerpo y la mente

TF PILATES MAT

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	L-V	09:15 - 10:00
		10:00 - 10:45
	L-X-V	16:15 - 17:00
	X	09:15 - 10:00

3 días (45 min.) - 47,70 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**
2 días (45 min.) - 34,70 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**
1 día (45 min.) - 17,35 €/trimestre **(ADM 12,60 €)**

TF ESPALDA SANA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad para fortalecer la musculatura dorsal y corregir problemas posturales.	X	10:00 - 10:45

1 día (45 min.) - 17,35 €/trimestre **(ADM 12,60 €)**

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años

ESCUELA MULTIDEPORTE

Nacidos desde 2015 a 2019.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes de raqueta...)	L-X	17:15 - 18:15
	M-J	16:15 - 17:15
		17:15 - 18:15

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**

COMPLEJO DEPORTIVO JUNCAL

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

ACTÍVATE!!

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	L-X	17:45 - 18:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

ACTÍVATE PLUS+

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	L -X	18:45 - 19:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

BODY TRAINING

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Sesión de entrenamiento cardiovascular y de tonificación localizada mediante ejercicios fáciles y seguros.	L-X-V	10:00 - 11:00
	M-J	11:00 - 12:00

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**
3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**

FULL TÁBATA

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	M-J	20:30 - 21:00

2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

GAP PLUS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo, abdomen y pierna.	L-X-V	13:00 - 13:30
	M-J	21:00 - 21:30

3 días (30 min.) - 31,80 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**
2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

TABATA STRETCH
Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	X	13:30 - 14:00

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TOTAL BODY
Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Alcanza un estado de forma óptimo combinando el ejercicio cardiovascular con ejercicios de fuerza.	X	21:15-21:45

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

ACTIVIDADES INFANTILES
Actividades dirigidas a menores de 18 años.

PSICOMOTRICIDAD
Nacidos desde 2017 a 2019.

	DÍAS	HORA
Técnica que tiende a favorecer, por el dominio del movimiento corporal, la relación que el niño establece con el mundo que le rodea.	L-X	16:45 - 17:45

2 días (1 hora) - 35,00 €/anual **(ADM 25,00 €)**

URBAN DANCE
Nacidos desde 2011 a 2015.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos.	M-J	17:15 - 18:00

2 días (45 min.) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

URBAN DANCE II
Nacidos desde 2006 a 2010.

	DÍAS	HORA
	M-J	18:00 - 18:45

2 días (45 min.) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES
Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

DANCE FITNESS
Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de todos los tiempos.	M-J	19:45 - 20:30

2 días (45 min.) - 38,80 €/trimestre **(ADM 29,40 €)**

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonia entre el cuerpo y la mente.

BIENESTAR

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Disciplina que fusiona Taichí, Yoga y Pilates, que hará sentir tu cuerpo y mente en armonía y libre de estrés, mediante ejercicios de tonificación y relajación. **Llénate de energía!**	M-J	09:00 - 10:00

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

GIMNASIA SENIOR

Nacidos en 1964 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad dirigida a mayores, que mejora la condición física y fomenta hábitos saludables.	L-X M-J	16:00 - 16:45 12:00 - 12:45

2 días (45 min.) - 28,00 €/trimestre **(ADM 17,00 €)**

YOGA FLEX

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Consigue equilibrar cuerpo, mente y espíritu a través del yoga y los estiramientos.	V	13:30- 14:00

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

PILATES MAT

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	L-X-V	11:15 - 12:00 12:00 - 13:00
	L-X	19:45 - 20:30 20:30 - 21:15
	M-J	10:00 - 11:00 13:00 - 13:45 18:45 - 19:45

3 días (45 min.) - 47,70 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**
2 días (45 min.) - 34,70 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**
3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

ZONA MEDIA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de fortalecimiento y definición para el abdomen y espalda altamente efectivo.	L	13:30 - 14:00 21:15 - 21:45

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TAI-CHI CHUAN

Nacidos en 2005 y anteriores.
Preinscripción 15 de septiembre de 17:00 a 19:00 en CD Juncal.
Tfn: 638 07 35 82 (de lunes a jueves de 17.00 a 20.00).
cdewushutorrejon@gmail.com
Actividad promovida por Club Wushu Torrejón

	DÍAS	HORA
Arte marcial chino con múltiples beneficios para la salud.	V	18:00 - 19:30 19:30 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.
1 día (90 min.) - 44,80 €/trimestre **(ADM 35,10 €)**

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

ACTÍVATE!!

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	M-J	10:00 - 11:00
	V	17:00 - 17:30
	L-X-V	09:30 - 10.30

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**
3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**
1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

ACTÍVATE PLUS+

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	M-J	20:45 - 21:15

2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

BODY TRAINING

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de entrenamiento cardiovascular y de tonificación localizada mediante ejercicios fáciles y seguros.	L-X	19:45 - 20-45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

EN FORMA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de acondicionamiento físico de intensidad media muy completa.	L-X	15:30 - 16:00

2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

GAP PLUS

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo, abdomen y pierna.	M-J	15:30 - 16:00
	V	17:30 - 18:00

2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**
1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TÁBATA STRETCH

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	J	21:15 - 21:45

1 día (30 min.) - 11,50 € **(ADM 8,40 €)**

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

BAILE INFANTIL

Nacidos desde 2016 a 2018.

	DÍAS	HORA
Trabajo psicomotor a través del baile.	L-X	16:45 - 17:30
	V	18:00 - 18:45

2 días (45 min.) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**
1 día (45 min.) - 14,00 €/trimestre **(ADM 9,50 €)**

URBAN DANCE I

Nacidos desde 2011 a 2015.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos.	L-X	17:30 - 18:15

2 días (45 min.) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

URBAN DANCE I (nivel avanzado)

Nacidos desde 2011 a 2015.

	DÍAS	HORA
	L-X	18:15 - 19:00

2 días (45 min.) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

TF DANCE FITNESS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de todos los tiempos.	L-X	19:00 - 19:45
	M-J	19:00 - 19:45

2 días (45 min.) - 38,80 €/trimestre **(ADM 29,40 €)**

TF ZUMBY-GYM

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Si quieres ponerte en forma mediante sencillos pasos de ritmos latinos, esta es tu actividad.	L-X	20:45 - 21:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

TF ZUMBY-FITNESS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Si te gusta bailar y tonificar, esta es tu clase.	M-J	19:45 - 20:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonia entre el cuerpo y la mente.

ESPALDA SANA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad para fortalecer la musculatura dorsal y corregir problemas posturales.	M-J	16:00 - 16:30
	V	16:30 - 17:00

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**
2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

ZONA MEDIA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de fortalecimiento y definición para el abdomen y espalda altamente efectivo.	M	21:15 - 21:45

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

YOGA FLEX

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Consigue equilibrar cuerpo, mente y espíritu a través del yoga y los estiramientos.	V	19:45 - 20:30

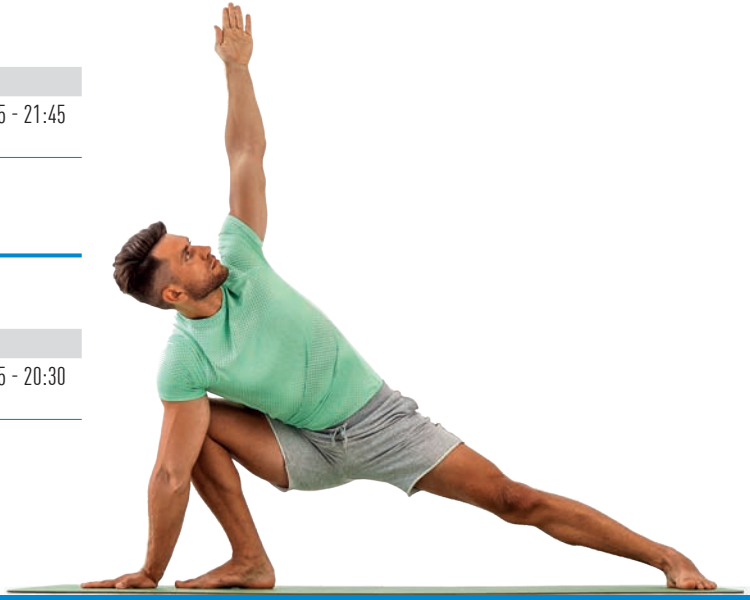
1 día (45 min.) - 17,35 €/trimestre **(ADM 12,60 €)**

PILATES MAT

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	M-J	09:15 - 10:00
		11:00 - 12:00
		12:00 - 13:00
	L-X	16:00 - 16:45
	L-X-V	10:30 - 11:15
		11:15 - 12:00
	V	18:45 - 19:45

3 días (45 min.) - 47,70 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**
2 días (45 min.) - 34,70 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**
1 día (1 hora) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**



PABELLÓN SONIA ABEJÓN

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

ACTÍVATE!!

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	L-X	19:15 - 20:15

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

ACTÍVATE PLUS+

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	M-J	19:15 - 20:15

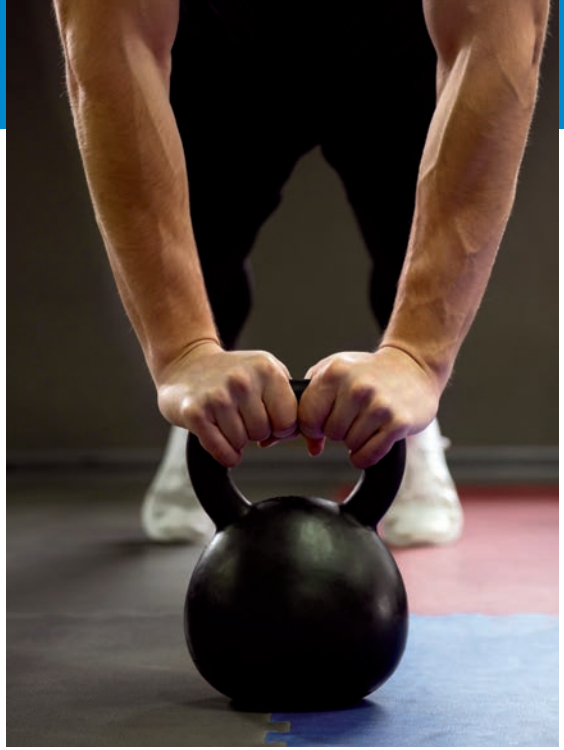
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

TÁBATA HIT - STRETCH

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas. Intensidad alta.	L-X	20:15 - 21:15

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**



ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

ESCUELA MULTIDEPORTE

Nacidos desde 2015 a 2019.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes de raqueta...)	M-J	17:15 - 18:15 18:15 - 19:15

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**

DEPORTES INDIVIDUALES

Actividades a través de convenios de colaboración con clubes deportivos de Torrejón de Ardoz.

Los precios aquí reflejados incluyen dos horas de actividad a la semana.

Cualquier actividad adicional ofertada por el club conllevará aumento del precio.

Ver normativa general de inscripciones.

ESGRIMA

Desde 8 años.

Actividad promovida por Sala de Armas Torrejón.

Contactar en sama@esgrimamadrid.com o 917 653 308 / 638 126 984

Preinscripción: 4, 6 y 8 de septiembre. Pabellón Jorge Garbajosa. De 17:00 a 18:00 h. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN JORGE GARBAJOSA	L-X	17:00 - 18:00

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

BOXEO DEPORTIVO

Desde 10 años.

Inscripciones: Desde el 1 de septiembre en el Club Deportivo Inacua. C/ Claudio Coello s/n. Horario de 19:00 a 20:00 h.

	DÍAS	HORA
INFANTIL	M-J	18:00 - 19:00
ADULTOS		19.00 - 20.00

Infantil 2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

FRONTENIS

Desde 6 años.

Preinscripciones: 12 y 14 de septiembre en la CD Joaquín Blume C/ Joaquín Blume s/n. Horario de 18:00 a 19:00 h.

Es necesario hablar previamente con el Club Pelota Torrejón en horario de actividades. dajugon@hotmail.com. 677 65 27 77

Actividad promovida por Club Pelota Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	M-J	17:00 - 18:00

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

CICLISMO

Desde 4 años.

Preinscripciones: 12 y 14 de septiembre en el CD Juncal. C/ Londres 25. Horario de 18:00 a 19:00 h.

Es necesario hablar previamente con el Club Ciclista Torrejón en horario de actividades. Inscripciones: en oficinas del Club (calle Londres, 25), escuelaclubciclistatorrejon@gmail.com. Tlf: 685 96 97 33.

Actividad promovida por Club Ciclista Torrejón. **Curso de enero a junio.**

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L a V	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

TRIATHLON INFANTIL

De 6 a 18 años.

Preinscripción: desde el 1 de septiembre en el correo tritorrejon@gmail.com

A partir de los 19 años consultar en 605 62 31 49 y 630 590 693

Actividad promovida por Club Triathlon Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 42,20 €/trimestre **(ADM 30,40 €)**

ATLETISMO ADULTOS

Desde 16 años.

Preinscripción: 11 y 13 de septiembre en el C.D. Joaquín Blume C/ Joaquín Blume s/n. Horario de 18:30 a 20:30 h. clubatletismotorrejon@gmail.com. Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L a V	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 42,20 €/trimestre **(ADM 30,40 €)**

ATLETISMO INFANTIL

De 6 a 15 años.

Preinscripción: 11 y 13 de septiembre en C.D. Joaquín Blume. Horario de 17:15 a 18:30 h.

Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón. clubatletismotorrejon@gmail.com.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L a V	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

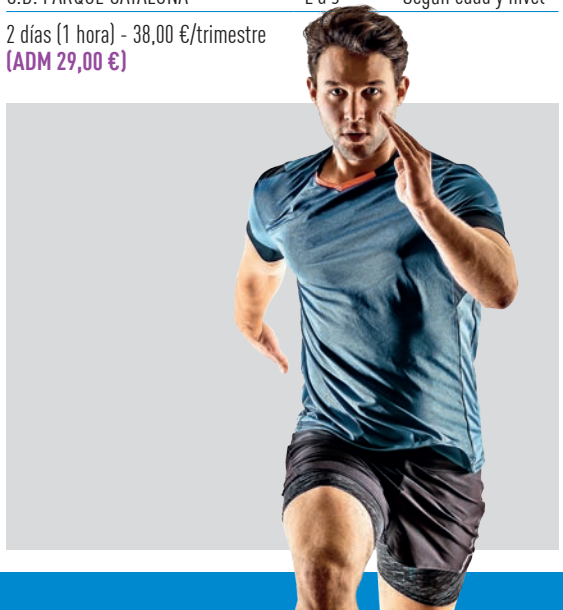
ATLETISMO PARQUE CATALUÑA

Preinscripción: los días 6 y 7 de septiembre en la Sede del Club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). Horario de 18:00 a 19:30 h.

Actividad promovida por Club Deportivo Parque Cataluña.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**



AJEDREZ

Según edad y nivel.

Preinscripción: 9, 16 y 23 de septiembre en el Club Ajedrez. C/ Granados, 29. De 10:00 a 13.00 h. escuelas.ajedrez.torrejon@gmail.com. Tlf: 687 86 87 94.

Actividad promovida por Club Ajedrez Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C/ GRANADOS, 29 Horario según nivel	X	17:30 - 21:00
	V	17:30 - 21:00
	S	10:00 - 13.30

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

GIMNASIA RÍTMICA

A partir de 5 años.

Preinscripciones: 11 y 13 de septiembre en el Pabellón Sonia Abejón C/ La plata s/n. De 17:00 a 19:00 h. 12 y 14 de septiembre en el C.D. Londres. C/ Londres 11. Horario de 17:00 a 19:00 h.

escuelas@ritmicatorrejon.es
www.ritmicatorrejon.es

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Escuela Gimnasia Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	M-J	16:30 - 17:15*
		17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	L-X	17:15 - 18:15*

* Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

ARTES MARCIALES

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

JUDO INFANTIL

Según edad y nivel.

Inscripciones: acudir con hoja de inscripción cumplimentada. 6 y 11 de septiembre en C.D. El Juncal. 7 y 12 de septiembre en Pabellón M4-Sonia Abejón. De 18:00 a 20:00 h. Tlf: 666 49 30 81. judocorredor@gmail.com

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Corredor del Henares.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X	17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00
		19:00 - 20:00
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	M-J	17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00
		19:00 - 20:00

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

JUDO ADULTOS

Año 2006 en adelante.

Inscripciones: judocorredor@gmail.com. Tlf: 666 49 30 81

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad. Actividad promovida por Club Corredor del Henares.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X	20:00
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	M-J	20:00

2 días (1 hora) - 56,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**

KARATE INFANTIL

Según edad y nivel.

Inscripciones: solicitud a entregar por el club y rellenar en el momento días 11 y 13 septiembre M4 Sonia Abejón, y días 12 y 14 de septiembre en C.D. Juncal. De 18:00 a 20:00 h. karatetorrejon@yahoo.es

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	M-J	16:30 - 17:30
		17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	L-X	16:30 - 17:30
		17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

KARATE ADULTOS

Año 2006 en adelante.

Inscripciones: a entregar por el club y rellenar en el momento días 11 y 13 septiembre M4 Sonia Abejón, y días 12 y 14 septiembre en C.D. Juncal. De 18:00 a 20:00 h. karatetorrejon@yahoo.es. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	M-J	19:30 - 21:00
M-4	L-X	19:30 - 20:30

2 días (1 hora) - 56,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**
2 días (90 min.) - 84,30 €/trimestre **(ADM 65,41 €)**

INICIACIÓN AL PATINAJE

Desde 4 años.

Curso de octubre a junio

Preinscripciones: acudir con hoja de inscripción cumplimentada. 5 y 7 de septiembre en C.D. Londres. Tlf: 677 50 74 16 de 18:00 a 20:00 h. clubpatintorrejon@gmail.com.

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

PATINAJE INFANTIL

4 a 15 años.

Actividad promovida por Club Patín Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	L-X	Hockey Patines
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
	M-J	Patinaje Artístico
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
		19:00 - 20:00*
	V	18:00 - 19:30*

PATINAJE ADULTO

Desde 16 años.

Actividad promovida por Club Patín Torrejón. Tlf: 677 50 74 16.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	V	16:30 - 18:00*

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**
1 día (90 min.) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**
2 días (45 min.) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

* Por causas climatológicas se podrán suspender las clases debido al estado de la pista.

PÁDEL

Inscripciones: sólo para empadronados. 11 y 12 de septiembre en el C.D. El Juncal. C/ Londres, 25. De 18:00 a 20:00 h.

Actividad promovida por el CLUB PADEL TORREJÓN.
cdepadeltorrejon@gmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	L a D	Según nivel
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L a D	Según nivel

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

Preinscripciones: 6 y 7 de septiembre en la sede del club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados). De 18:00 a 19:30 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	Según edad y nivel

Infantil: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestre **(ADM 27,80 €)**
Adulto: 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestre **(ADM 100,20 €)**

TENIS

Inscripciones (sólo para empadronados): 11, 12 y 13 de septiembre. C.D. Joaquín Blume (oficina Club Tenis Torrejón). De 18:00 a 20:00 h.
clubdetenistorrejon@clubdetenistorrejon.com.
675 642 605 / 629 872 525

Actividad promovida por Club de Tenis Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X o M-J	Según nivel
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

INFANTIL

Iniciación: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestral **(ADM 27,80 €)**

Avanzado: 2 días (1 hora) - 48,90 €/bimestral **(ADM 40,20 €)**
2 días (1 h. 30 min.) - 74,30 €/bimestral **(ADM 60,50 €)**

Perfeccionamiento: 2 días (1 h. 30 min.) 104,90 €/bimestral **(ADM 85,80 €)**

ADULTO - 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestral **(ADM 100,20 €)**

TENIS DE MESA

Inscripciones: Contactar con el club tenisdemesatorrejondeardoz@gmail.com.
Teléfonos: 621 206 232/ 686 064 874

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
I.E.S. PALAS ATENEA	M - J	17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30

2 días (1 hora) - 48,00 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**

ESCALADA

Entrenamiento (infantil/adulto).

Inscripciones: desde el 5 de septiembre, de lunes a jueves, a través del correo club@nemus.org o 619 801 526. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por el Club de Montaña Nemus.

Curso de octubre a junio

CATEGORÍA	DÍAS	HORA
INFANTIL	L-X	17:30 - 18:30
ADULTO	L-X	18:40 - 19:50
		19:50 - 21:00
	M-J	17:30 - 18:40
		18:40 - 19:50
		19:50 - 21:00

Infantil 2 días (1 hora) - 59,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**
Adulto 2 días (1 hora) - 76,00 €/trimestre **(ADM 55,00 €)**

TF ESCALADA

4 trimestres del 01/07/23 al 30/06/24.

Uso libre

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN JAVI LIMONES	L a V	16:00 - 21:30
	S-D-F	10:00 - 21:00

Uso libre - 27,00 €/trimestre **(ADM 13,50 €)**
Socios Club de Montaña Nemus - 13,50 €/trimestre
Trimestre julio-septiembre - 13,50 € **(ADM 9,00 €)**
Entrada de un día - 5,40 € **(ADM 4,20 €)**.

Matrícula - 12,10 € **(ADM 6,00 €)**.

Para mayores de 18 años con tarjeta acreditativa de nivel "verde" y menores acompañados de un adulto con tarjeta acreditativa de nivel "verde".

DEPORTES DE EQUIPO

BALONCESTO | BALONMANO | VOLEIBOL FÚTBOL | FÚTBOL-SALA

INSCRIPCIONES:

A través de los clubes que mantienen convenios de colaboración con la Concejalía de Deportes.

Las categorías contempladas son: PREBENJAMÍN, ALEVÍN, INFANTIL, JUVENIL, CADETE y JUNIOR.

Los precios aquí reflejados incluyen dos horas de actividad a la semana. Cualquier actividad adicional ofertada por el club conllevará aumento del precio.

BALONMANO

Según edad y nivel.

Preinscripción: 5, 7 y 9 de septiembre de 17:00 a 19:00 h. en la C.D. Joaquín Blume. Personas interesadas pueden ponerse en contacto con: info@balonmanotorrejon.com

Actividad promovida por Club Balonmano Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	AÑO NACIMIENTO
CEIP ANTONIO MACHADO	L-X	16:00-17:00	2017-2012
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	16:00-17:00	2017-2012
CEIP GABRIEL Y GALÁN	M-J	16:00-17:00	2017-2012
CEIP ANDRÉS SEGOVIA	L-X	16:00-17:00	2016-2011
GINER DE LOS RÍOS	L-X	16:00-17:00	2017-2012
JAIME VERA	M-J	16:00-17:00	2017-2012
JUAN RAMÓN JIMÉNEZ	M-J	16:00-17:00	2017-2012
CD JOAQUÍN BLUME	L-X-V	17:15-19:15	2011-2010

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

BALONCESTO

Según edad y nivel.

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. 601 98 23 60, De 18:00 a 20:00 h. informacion.tbs@gmail.com

Actividad promovida por Club Básket Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X o M-J	Según nivel
PABELLÓN NURIA FERNÁNDEZ	L-X	17:00-18:00
PABELLÓN JAVI LIMONES	M-J	18:15-19:15

Preinscripción: 6 y 7 de septiembre. C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). De 18:00 a 19:30 h.

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PARQUE DE CATALUÑA	L-X o M-J	Según nivel

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). De 18:00 a 20:00 h.

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.E.I.P. SEVERO TORREJÓN	L-X o M-J	Según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

VOLEIBOL

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Voleibol Torrejón

Preinscripción: 6 y 7 de septiembre. Pabellón M4-Sonia Abejón. De 18:00 a 20:00 h. Tlf: 602 599 011 (L a V, de 10 a 15:30 h.) ramonvoley@hotmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN M4-SONIA ABEJÓN	L-X o M-J	Según nivel
COMPLEJO DEPORTIVO ZONA CENTRO JOSÉ ANTONIO PARAÍSO	L-X o M-J	Según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

FÚTBOL

Según edad y nivel.

Clubs: A.D JUVENTUD, PEÑA TORREJONENSE, A.D. LA PLATA, FUTBOLELLAS C.F.F., C.D. ARDOZ, A.D. TORREJÓN C.F.

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

Información en la Oficina de Coordinación Deportiva. C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). De lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.

FÚTBOL-SALA

Según edad y nivel.

Actividad promovida por C.D. Torrejón Sala Five Play

Disponible equipos femeninos

Preinscripción: 11 y 13 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. Tlf: 696 86 71 93 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club Torrejón Juncal

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.D. Juncal. Tlf. 669 603 683 / 645 818 557 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COLEGIO LA ZARZUELA	L-X	16:00 - 18:00*
	M-J	16:00 - 18:00*
COLEGIO UNO DE MAYO	X-V	16:00 - 19:30*
	M-J	16:00 - 19:30*

*Según edad

Actividad promovida por Club A.D. Severo Torrejón

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). Tlf: 637 71 13 12 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.P. SEVERO OCHOA	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club C.F.S. Limones 5

Preinscripción: 4 y 7 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. Tlf: 656 92 21 89 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club C.D. Ciudad de Torrejón

Prenscripción: 12 y 14 de septiembre. Tlf: 600 52 36 92 de 19.00 a 21.00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	M-J	según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

NATACIÓN

NORMAS DE MATRÍCULA

1. Nuevas inscripciones (solo para empadronados)

1.1. Natación (excepto Bebés y Preinfantil) y resto de actividades acuáticas

Concertando cita previa desde el 28 de agosto

- Vía on line: aytotorrejon.deporsite.net
- Vía telefónica y presencial:
  - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
    Teléfono: 916 56 31 11
  - Complejo Deportivo Calle Londres
    Teléfono: 916 56 14 83
  - De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
    Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21.00 horas

Inscripciones del 4 al 15 de septiembre (según cita)

1.2. Natación Bebé y Preinfantil

Del 28 de agosto al 13 septiembre recoger, en horario de atención al público, número de sorteo para nuevas inscripciones en cursos de NAT. BEBÉS y NAT. PRE-INFANTIL. Complejo Deportivo Londres (c/ Londres, 11). Ciudad Deportiva Joaquín Blume (c/ Joaquín Blume s/n).

15 septiembre publicación del sorteo orden de atención al público, en listados impresos en las instalaciones deportivas y en la página web de deportes http://www.deportes-torrejon.com, el resultado del sorteo con el día y hora en el que será atendido en C.D. Joaquín Blume (c/ Joaquín Blume s/n), para cambio y/o modificación de curso.*

Desde el 18 de septiembre se atenderá el orden del resultado del sorteo para los cursos de NAT. BEBÉS y NAT. PRE-INFANTIL.

Sólo se podrá recoger un número por usuario y actividad para el sorteo. En caso de que un usuario tenga más de un número perderá su derecho a participar en el sorteo, no habiendo lugar a reclamación alguna.

* De no presentarse en el día y hora obtenido en el sorteo, perderá su turno de atención. Se procederá a asignarle un nuevo turno después de la última atención establecida en el sorteo.

1.3. Atención Normalizada

Desde el 25 de septiembre (para empadronados y no empadronados).

2. Documentación

Hoja de inscripción junto con prueba de nivel sellada y firmada. Necesaria para los grupos de aprendizaje, natación adulto, natación infantil I y II.

3. Pruebas de nivel

- **Del 4 al 15 septiembre (L a V)**
  De 16:30 a 20:30 horas. Piscina Londres, Piscina J. Blume
- **Una vez iniciado el curso solicitar una prueba de nivel mediante cita previa**

Para realizar prueba de nivel deberá acudir con bañador, gorro, chanclas, etc.

4. Grupos por edades

- **Bebés:** nacidos en 2022 y 2023 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).
- **Pre-Infantil:** nacidos en 2020 y 2021.
- **Infantil I:** nacidos desde 2015 a 2019.
- **Infantil II:** nacidos desde 2009 a 2014.
- **Adulto:** nacidos desde 1964 a 2008.
- **Tercera Edad:** nacidos en 1963 y anteriores.

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2022 y 2023 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).

	DÍAS	HORA
Actividad en la que a través del juego-placer-estímulo se busca una experiencia afectiva con los padres.	S ó D	11:15-11:45 | 12:00-12:30

1 día (30 min.) - 33,00 €/bimestre **(ADM 22,70 €)**

NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2020 y 2021.

	DÍAS	HORA
Actividad que avanza en el dominio del medio acuático sin acompañamiento de padres.	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30 17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 | 16:30-17:00 17:00-17:30 | 17:30-18:00 18:00-18:30
	S	09:45-10:15 | 10:30-11:00 12:45-13:15
	D	09:45-10:15 | 10:30-11:00 12:45-13:15 | 13:30-14:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre **(ADM 17,00 €)**

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2015 a 2019.

	DÍAS	HORA
Básico	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30 17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 | 16:30-17:00 17:00-17:30 | 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:00-17:00 | 18:00-19:00 19:00-20:00
	S	10:00-11:00 | 11:00-12:00 12:00-13:00 | 13:00-14:00
	D	10:00-11:00 | 11:00-12:00 12:00-13:00 | 13:00-14:00
Iniciación	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30 17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 | 16:30-17:00 17:00-17:30 | 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:00-17:00 | 17:00-18:00 19:00-20:00
	S	10:00-11:00 | 13:00-14:00
	D	11:00-12:00 | 13:00-14:00
Aprendizaje	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30 17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 | 16:30-17:00 17:00-17:30 | 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:30-17:30 | 17:00-18:00 18:00-19:00 | 19:00-20:00
	S	11:00-12:00 | 12:00-13:00 12:30-13:30
	D	10:30-11:30 | 12:30-13:30

	DÍAS	HORA
Perfeccionamiento	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30
		17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 | 16:30-17:00
		17:00-17:30 | 17:30-18:00
		18:00-18:30
	V	16:30-17:30 | 19:00-20:00
	D	10:30-11:30 | 12:30-13:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN INFANTIL II

Nacidos desde 2009 a 2014.

NIVEL	DÍAS	HORA
Iniciación	L-X	18:30-19:00 | 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 | 19:00-19:30
	S	10:30-11:30 | 11:30-12:30
	D	10:00-11:00 | 12:00-13:00
Aprendizaje	L-X	18:30-19:00 | 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 | 19:00-19:30
	V	17:30-18:30 | 18:30-19:30
	S	09:30-10:30 | 11:30-12:30
	D	11:30-12:30 | 12:30-13:30
Perfeccionamiento	L-X	18:30-19:00 | 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 | 19:00-19:30
	V	17:30-18:30 | 18:30-19:30
	S	10:30-11:30
	D	11:30-12:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1964 a 2008.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	15:30-16:00 | 19:30-20:00
	M-J	09:30-10:00 | 12:00-12:30
		19:00-19:30 | 20:00-20:30
Iniciación	L-X	11:00-11:30 | 19:30-20:00
	M-J	10:30-11:00 | 11:00-11:30
		19:30-20:00
	V	19:30-20:30
Aprendizaje	L-X	10:30-11:00 | 20:00-20:30
	M-J	11:00-11:30 | 15:30-16:00
		19:30-20:00 | 20:30-21:00
	V	19:30-20:30
	S	09:30-10:30
	D	09:30-10:30
Perfeccionamiento	S	09:30-10:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	10:30-11:00 | 11:00-11:30 15:30-16:00
	M-J	09:30-10:00 | 11:30-12:00 12:00-12:30 | 19:00-19:30
Iniciación	L-X	11:00-11:30 | 19:30-20:00
	M-J	10:30-11:00 | 11:00-11:30 11:30-12:00 | 19:30-20:00
Aprendizaje	L-X	10:30-11:00 | 20:00-20:30
	M-J	11:00-11:30 | 20:30-21:00

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**

NATACIÓN CORRECTIVA

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos en 2006 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad física acuática terapéutica para mejorar-atenuar problemas no severos del aparato locomotor	L-X	12:00-12:30
	M-J	10:00-10:30 | 18:30-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa consulta.

Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.

C.D. LONDRES. 1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre. **No abonan matrícula.**

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

	DÍAS	HORA
	L-X	18:30-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2022 y 2023 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).

	DÍAS	HORA
Actividad en la que a través del juego-placer-estímulo se busca una experiencia afectiva con los padres.	L	17:30-18:00 | 18:00-18:30
	X	18:00-18:30
	M ó J	16:30-17:00 | 17:00-17:30 18:00-18:30
	S ó D	10:00-10:45 | 10:45-11:30 11:30-12:15 | 12:15-13:00

1 día (45 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (30 min.) - 33,00 €/bimestre **(ADM 22,70 €)**

NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2020 y 2021.

	DÍAS	HORA
Actividad que avanza en el dominio del medio acuático sin acompañamiento de padres.	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30
		17:30-18:00 | 18:00-18:30
		18:30-19:00 | 19:00-19:30
	M-J	16:30-17:00 | 17:00-17:30
		17:30-18:00 | 18:00-18:30
		18:30-19:00 | 19:00-19:30
	V	16:00-16:30 | 16:30-17:00
		17:00-17:30 | 17:30-18:00
		18:00-18:30 | 18:30-19:00
	S ó D	10:00-10:45 | 10:45-11:30
		11:30-12:15 | 12:15-13:00
		13:00-13:45
	D	17:00-17:45 | 17:45-18:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre **(ADM 17,00 €)**
1 día (45 min.) - 36,50 €/bimestre **(ADM 25,50 €)**

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2014 a 2019.

	DÍAS	HORA
Básico / Iniciación	L-X	16:30-17:00 | 17:00-17:30
		17:30-18:00 | 18:00-18:30
		18:30-19:00 | 19:00-19:30
	M-J	16:30-17:00 | 17:00-17:30
		17:30-18:00 | 18:00-18:30
		18:30-19:00 | 19:00-19:30
	V	16:00-17:00 | 17:00-18:00
		18:00-19:00 | 19:00-20:00
	S ó D	09:30-10:30 | 10:30-11:30
		11:30-12:30 | 12:30-13:30
	D	17:00-18:00 | 18:00-19:00

2 días (30 min. - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa valoración técnica.

Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.

	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME Valoración técnica	V	17:00-17:30 | 17:30-18:00
		18:00-18:30

C.D. JOAQUÍN BLUME
1 día (30 min.) - 12,20 €/bimestre. **No abonan matrícula.**

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

	DÍAS	HORA
	M-J	19:00-19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

COMPLEJO DEPORTIVO JUAN A. SAMARANCH

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2015 a 2019.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 | 17:00-18:00
	S	11:00-12:00 | 12:00-13:00
Iniciación	L-X	17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 | 17:00-18:00
		18:00-19:00
	S	11:00-12:00 | 12:00-13:00
Aprendizaje	L-X	17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 | 17:00-18:00
		19:00-20:00
	S	10:00-11:00
Perfeccionamiento	L-X	17:30-18:00 | 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	19:00-20:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN INFANTIL II

Nacidos desde 2009 a 2014.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	M-J	18:30-19:00
Iniciación	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30
	V	16:00-17:00 | 19:00-20:00
	S	10:00-11:00 | 11:00-12:00
		12:00-13:00
Aprendizaje	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30 | 18:30-19:00
	V	17:00-18:00 | 18:00-19:00
		19:00-20:00
	S	11:00-12:00 | 12:00-13:00
Perfeccionamiento	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30 | 18:30-19:00
	V	18:00-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1964 a 2008.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:30-10:00 | 10:00-10:30
	M-J	10:30-11:00 | 19:00-19:30
Iniciación	L-X	09:30-10:00 | 10:00-10:30
	M-J	10:30-11:00 | 19:00-19:30
Aprendizaje	M-J	10:00-10:30 | 19:30-20:00
Perfeccionamiento	M-J	10:00-10:30 | 19:30-20:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

NATACIÓN SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:30-10:00 | 10:00-10:30
	M-J	10:30-11:00
Iniciación	L-X	09:30-10:00 | 10:00-10:30
	M-J	10:30-11:00
Aprendizaje	M-J	10:00-10:30
Perfeccionamiento	M-J	10:00-10:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

AQUAPILATES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático.	L-X	19:00-19:30 | 20:30-21:00
	M-J	11:30-12:00 | 19:00-19:30
		19:30-20:00
	V	18:00-18:45

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre **(ADM 25,50 €)**
2 días (30 min.) - 49 €/bimestre **(ADM 34 €)**

AQUAEROBIC

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático de forma coreográfica	L-X	19:30-20:00 | 21:00-21:30
	M-J	20:00-20:30
	V	18:45-19:30

2 días (30 min.) - 49 €/bimestre **(ADM 34 €)**
1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre **(ADM 25,50 €)**

SWIMMING TRAINING

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación	L-X	20:00-20:30 | 20:30-21:00
	M-J	15:30-16:00 | 19:30-20:00
		20:30-21:30
	V	20:00-21:00
	D	09:30-10:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

AQUAGYM

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático encaminados a la mejora cardiovascular	L-X	20:00-20:30
	M-J	21:00-21:30
	V	19:30-20:15

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34 €)**
1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre **(ADM 25,50 €)**

AQUASALUD

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	16:00-16:30
	V	10:00-10:30 | 10:30-11:00
		11:00-11:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre **(ADM 17,00 €)**

AQUAEXTREM

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Entrenamiento del acondicionamiento físico de alta intensidad	M-J	20:00- 20:30

2 días (30 min) - 49,00€/bimestre **(ADM 34,00 €)**

AQUASALUD MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	10:30-11:00 | 11:30-12:00
		16:00-16:30
	M-J	10:30-11:00 | 12:00-12:30
	V	10:00-10:30 | 10:30-11:00
		11:00-11:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**
1 día (30 min.) - 8,90 €/bimestre **(ADM 6,80 €)**

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

AQUADANCE

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad coreografiada dentro del agua. No requiere saber nadar	L-X M-J	20:15-21:00 19:00-19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre **(ADM 51,00 €)**

AQUADINAMIC

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad física de tonificación cardiovascular para la mejora de la condición física	V	19:00-20:00

1 día (1 hora) - 49 €/bimestre **(ADM 34 €)**

AQUAPILATES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático	L-X M-J	19:00-19:30 | 21:00-21:30 11:30-12:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34 €)**

AQUAGYM

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático encaminados a la mejora cardiovascular.	L-X M-J V	18:30-19:00 | 19:30-20:15 09:30-10:00 | 18:30-19:00 20:15-21:00 18:30-19:00 | 20:00-21:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34 €)**
2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre **(ADM 51 €)**
1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre **(ADM 17 €)**
1 día (1 hora.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34 €)**

AQUASALUD

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X M-J	10:30-11:15 10:00-10:30 16:00-16:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**
2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre **(ADM 51,00 €)**

AQUAFIT

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad en el medio acuático de definición muscular que se desarrolla en piscina poco profunda.	M-J	12:30 - 13:00

2 días (30 min) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00€)**

AQUAEXTREM

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Entrenamiento del acondicionamiento físico de alta intensidad	M-J	19:30 - 20:15

2 días (45 min) - 73,50 €/bimestre **(ADM 51,00€)**

AQUAPILATES MAYORES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático.	M-J	11:30-12:00
	V	09:30-10:30

1 día (1 hora) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**
2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**

AQUASALUD MAYORES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos en 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Trabajo saludable en el medio acuático.	L-X	09:45-10:30 | 10:30-11:15
		11:15-12:00 | 16:00-16:30
	M-J	10:00-10:30 | 10:30-11:00
		11:00-11:30 | 12:00-12:30
		16:00-16:30
	V	10:30-11:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**
2 días (45 min.) - 26,55 €/bimestre **(ADM 20,40 €)**
1 día (1 hora) - 17,70 €/bimestre **(ADM 13,60 €)**

COMPLEJO DEPORTIVO JUAN A. SAMARANCH

SWIMMING TRAINING

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1964 a 2008.

NIVEL	DÍAS	HORA
Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación.	M o J	09:30-10:30

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre **(ADM 34,00 €)**

COMPETICIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES

DEPORTES DE EQUIPO

FÚTBOL 11 y FÚTBOL 7 (octubre a junio)

- **Organiza:** Comité Local de Fútbol (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 56 19 21
- Lunes a jueves, de 18:00 A 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, aficionado, fútbol 7 senior, fútbol 7 veteranos y fútbol 7 femenino.

FÚTBOL SALA (octubre a junio)

- **Organiza:** Comité Local de Fútbol Sala (C/ Aragón, 3). Tel: 916 77 84 03
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete, juvenil y senior.

BALONCESTO (noviembre a mayo)

- **Organiza:** Delegación de la Federación Madrileña de Baloncesto (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 77 18 70
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y senior.

VOLEIBOL (noviembre a abril)

- **Organiza:** Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ londres, 25). Tel.: 916 77 90 70
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil.

DEPORTES INDIVIDUALES

La Concejalía de Deportes, a través de diferentes organizaciones, convoca competiciones de carácter local o mancomunado con otros municipios y en las siguientes modalidades:

En deportes individuales (TENIS, NATACIÓN, GIMNASIA RÍTMICA, KARATE y JUDO), los clubes deportivos de la localidad convocan oportunamente las diferentes competiciones a celebrar.

Para mayor información contactar con Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). Tels.: 916 77 90 70 / 916 60 04 40. Lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.

ACTIVIDAD FÍSICA INTEGRAL

TEMPORADA DE INVIERNO

CINCO BIMESTRES 01/09/2023 al 30/06/2024

TURNOS	DÍAS	HORA
TOTAL*	L a V	09:00 - 22:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00

60,00 euros/bimestral **(ADM 30,00 euros)**

MEDIUM*	L a V	09:00 - 17:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00

46,00 euros/bimestral **(ADM 23,00 euros)**
Entrada de día: 5 €

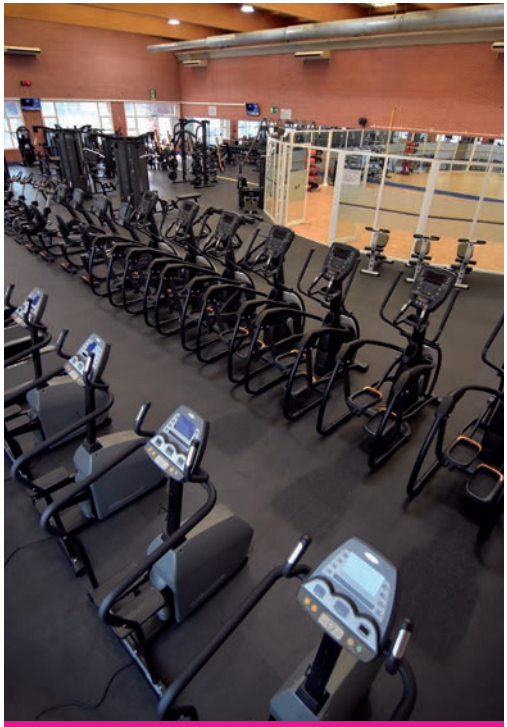
TEMPORADA DE VERANO

UN BIMESTRE 01/07/2023 al 31/08/2024

TURNOS	DÍAS	HORA
VERANO	L a V	09:00 - 22:00
	S-D-F	09:00 - 14:00

36,00 euros/bimestral **(ADM 18,00 euros)**
Entrada de día: 5 €

* En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a estos precios. Edad mínima necesaria para acceder: 16 años cumplidos.



INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME
C/ Joaquín Blume s/n. Tel. 916 56 31 11

C.D. LONDRES
C/ Londres, 11 - Tel. 916 56 14 83

C.D. J.A. SAMARANCH
C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 77 33 08

C.D. EL JUNCAL
C/ Londres, 25 - Tel. 916 77 90 70

ADM
Abono Deportivo Municipal

- **Acceso ilimitado** a las piscinas cubiertas y de verano.
- **Modalidad de pago anual.**
- Prioridad para **alquilar instalaciones** deportivas e importantes descuentos.
- **Bonificaciones de hasta el 50%** en todas las actividades deportivas.
- Importantes **descuentos en tiendas deportivas** y centros de belleza y fisioterapia existentes en la ciudad.

Más información en los centros deportivos
www.deportes-torrejon.com

CUOTAS ADM (la cuota es anual)		
INFANTIL (hasta 17 años)	67,20 €	95,00 €**
JOVEN (a partir de 18 hasta 29 años)	103,80 €	145,00 €**
ADULTO (a partir de 30 hasta 64 años)	142,20 €	200,00 €**
MAYORES (a partir de 65 años)	31,80 €	45,00 €**
FAMILIAR (independiente del número de hijos/as) hasta 17 años	271,20 €	380,00 €**
DISCAPACITADO***	31,80 €	45,00 €**
INDIVIDUAL EMPRESAS	142,20 €	

BONOS PISCINA	SÓLO PARA EMPADRONADOS
INFANTIL (20 baños)	42,00 €
JUVENIL (20 baños)	56,40 €
ADULTO (10 baños)	39,60 €
ADULTO (20 baños)	70,20 €
FAMILIAR (30 baños)	84,00 €
INVITADOS (5 baños)	25,00 €

ENTRADAS PISCINA					
	VERANO			INVIERNO	
	EMPADRONADO	NO EMPADRONADO		EMPADRONADO	NO EMPADRONADO
		lunes a jueves	V, S, D, Festivo y víspera Festivo		
BEBÉS (de 0 a 2 años)	GRATIS	GRATIS	GRATIS	1,20 €	3,00 €
INFANTIL (de 3 a 14 años)	3,20 €	7,00 €	12,10 €	3,20 €	6,10 €
JUVENIL (de 15 a 17 años)	3,80 €	8,00 €	13,40 €	3,80 €	6,70 €
ADULTOS (de 18 a 64 años)	4,90 €	9,00 €	14,60 €	4,90 €	7,30 €
MAYORES (de 65 años)	1,20 €	4,00 €	6,00 €	1,20 €	3,00 €
DISCAPACITADO***	1,20 €	4,00 €	6,00 €	1,20 €	3,00 €

Entrada a precio reducido piscinas de verano (a partir de las 18:00 h. para todos los tipos de entrada): 50% de los precios estipulados.

* El ADM es un producto con una validez de 365 días desde el momento de su adquisición.
** Precio no empadronados.
*** La discapacidad será aceptada a partir de un 33%.

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a estos precios. Los poseedores de ADM pasarán gratis. Los bonos serán válidos para las temporadas de verano e invierno. Las piscinas municipales cerrarán durante un mes al año por motivos de mantenimiento. NOTA: 50% de bonificación en la adquisición de ADM para miembros de Familia Numerosa de Categoría General y 75% de bonificación para miembros de Familia Numerosa de Categoría Especial. Los descuentos no son acumulables.

INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME
C/ Joaquín Blume, s/n - Tel. 916 563 111

C.D. LONDRES
C/ Londres, 11 - Tel. 916 561 483

C.D. J.A. SAMARANCH
C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 773 308

C.D. EL JUNCAL
C/ Londres, 25 - Tel. 916 779 070

TARJETA FITNESS

ENTRADA LIBRE PISCINAS INVIERNO

ACCESO A UNA AMPLIA OFERTA DE CLASES (Acuáticas y Colectivas) TF

Todas las actividades del folleto marcadas con TF

50% DESCUENTO EN BONOS Y ENTRADAS PISCINAS DE VERANO

ACCESO AFI*

USO LIBRE ROCÓDROMO*

2 ALQUILERES GRATUITOS/MES EN INSTALACIONES* AL AIRE LIBRE (excepto campos de fútbol)

Cupo de plazas disponibles en cada actividad * Reserva preferente

Disfruta de clases como:

CUERPO-MENTE

Bienestar, Pilates, Espalda Sana, Tábata Strech, Gimnasia Senior, Yoga-Flex

ACONDICIONAMIENTO

Tábata Hit, Full Tábata, Zona Media, Actívate, Actívate Plus+, Body Training, G.A.P., G.A.P. Plus+, En Forma, Running, Body Power, Training-Outdoor, Abdomen, Suspension Trainer, Funcional Box, Afi Cross, Afi Fitness, Afi Power

CARDIOVASCULAR

Total Body, Zumby Gym, Zumby Fitness, Dance Fitness, Ciclo, Ciclo-Xpress, Global Fusion, Step, Afi Combi

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Aquagym, Aquaerobic, Aquadinamic, Aquadance, Aquaextreme, Aquapilates, Aquafit, Swimming Trainning

CATEGORÍAS	PRECIO/MES	PRECIO/MES NO EMPADRONADO
TARJETA FITNESS JOVEN (a partir de 18 a 29 años)	25,00 €	40,00 €
TARJETA **FITNESS** (a partir de 30 años)	30,00 €	50,00 €
TARJETA **FITNESS** PAREJA (incluye los dos miembros de parejas registradas)	50,00 €	85,00 €

mujer

NORMAS DE MATRÍCULA

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

Todos los trámites se realizarán en la Casa de la Cultura, C/ Londres, 5).

- **Recogida de solicitudes:** del 5 al 18 de septiembre,
- **Sorteo:** 19 de septiembre, Salón de Actos Casa de la Cultura. C/ Londres, 5. Hora: 12:00 h.

  El sorteo consiste en extraer una letra (A-Z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- **Exposición listas de admitidas:** 22 de septiembre,
- **Plazo para presentar bajas:** 23 a 27 de septiembre,
- **Horario:** de lunes a viernes, de 09:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.
- **Inicio del Curso:** semana del 9 de octubre de 2023.
- **Calendario del curso:**
  - **Período I:** del 9 de octubre al 22 de diciembre de 2023.
  - **Periodo II:** del 8 de enero al 23 de marzo de 2024.
  - **Período III:** del 1 de abril al 15 de junio de 2024.

Los talleres se impartirán en la Concejalía de la Mujer.
Centro Polivalente Abogados de Atocha.
C/ Londres, 11 B. 1ª planta.
Tel. 916 78 38 63.

concejaliamujer@ayto-torrejon.es

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnas podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. La alumna que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en la Casa de Cultura C/ Londres, 5.
4. Todas las solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
5. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
6. Cada interesada puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles la interesada podrá optar a más cursos.
7. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
8. Las alumnas que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
9. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.

10. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática de la alumna en el curso o taller, dándose opción a participar a la siguiente inscrita en la lista de espera.
11. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
12. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
13. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
14. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
15. Al inicio de las actividades se informará a las alumnas del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Las alumnas respetarán y llevarán a cabo la programación.
16. El material fungible necesario para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de las alumnas.
17. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
18. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
19. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Las alumnas no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeras y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. No está permitido el acceso a las aulas a personas ajenas a la actividad y/o a personas no matriculadas en el curso o taller.
8. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
9. Para el buen desarrollo de las actividades, las alumnas deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.
10. Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de las alumnas.
11. No está permitido comer, fumar, beber... en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
12. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

CURSOS ANUALES

Del 9 de octubre de 2023 al 15 de junio de 2024

La matriculación para estos cursos se hará exclusivamente en Casa de Cultura, C/ Londres 5 según las normas de matriculación mencionadas en la página 87.

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio	Plazas
APRENDE A USAR ORDENADOR	Miércoles	11:30-13:30 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA NIVEL I	Lunes	17:00-19:00 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
	Miércoles	17:00-19:00 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA Y MÓVIL NIVEL I	Miércoles	09:30-11:30 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA Y MÓVIL NIVEL II	Lunes	11:30-13:30 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA Y MÓVIL NIVEL III	Lunes	09:30-11:30 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
INGLÉS A1	Jueves	10:00-12:00 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles
INGLÉS NIVEL A2	Martes	10:00-12:00 h.	**31,50 €**	Solo plazas disponibles

PROGRAMA DE TALLERES DE LA CONCEJALÍA DE MUJER

Cursos Concejalía de Mujer

Cursos en familia Concejalía de Mujer

Información e inscripciones: del 5 al 15 de septiembre de 2023.
Inscripciones: a través de los códigos QR, del correo electrónico: cursosmujer@ayto-torrejon.es y presencialmente en la Concejalía de Mujer.

A partir de esa fecha puedes seguir inscribiéndote en los cursos en los que hayan quedado plazas disponibles tanto presencialmente como por correo electrónico.

CONCEJALÍA DE MUJER, Centro Polivalente Abogados de Atocha, C/ Londres 11B. Tel. 916 78 38 63/concejaliamujer@ayto-torrejon.es en horario de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 y a partir del 18 de septiembre de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 y de 16:00 a 18:30 h.

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio	Plazas
TALLER EN FAMILIA 3.0: MINI-CHEF (menores de 3 a 5 años). A través de actividades y juegos creativos, visibilizaremos que las tareas domésticas y profesionales corresponden a las personas indiferentemente de su sexo, el "equipo familiar" elaborará diferentes platos fríos divertidos. **6 de octubre**	Viernes	17:30-19:00 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER EN FAMILIA 3.0: MAXI-CHEF (menores de 6 a 10 años). A través de actividades y juegos creativos, visibilizaremos que las tareas domésticas y profesionales corresponden a las personas indiferentemente de su sexo, el "equipo familiar" elaborará diferentes platos divertidos. Además conoceremos cocineras estrella Michelin. **20 de octubre**	Viernes	17:30-19:30 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER EN FAMILIA 3.0: DALE LA VUELTA AL CUENTA-TALLER (menores de 3 a 5 años). Entre todas/os lograremos ambientar un verdadero cuentacuentos, donde Daniela Pirata *(Susanna Isern)* y sus amistades revelarán una gran historia de superación y ruptura de estereotipos. **3 de noviembre**	Viernes	17:30-19:00 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER EN FAMILIA 3.0: TALLER DE ARTE ESCULPIENDO IGUALDAD. (menores de 6 a 10 años). Conoceremos la vida de Camillle Claudel y Helena Sorolla mediante "los hilos de las esculturas". Desarrollaremos la creatividad a través de colgantes y una escultura. **17 de noviembre**	Viernes	17:30-19:30 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio	Plazas
TALLER DE COACHING para Gestionar el Tiempo y dirigir mi vida En este taller se trabajarán técnicas de mindfulness, dinámicas grupales para gestionar el tiempo personal y dirigir nuestras vidas sin necesidad de la realización de malabares constantes. **2 al 30 de noviembre**	Jueves	17:00-19:00 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER POTENCIANDO MI SALUD EMOCIONAL Taller dirigido a mujeres que deseen conectar con sus emociones y vivir bien con ellas mismas desde el propio reconocimiento personal. **19 de octubre al 23 de noviembre**	Jueves	10:00-12:00 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER DE AUTOCUIDADO. "Júzgate menos, abrázate más". En este taller trabajamos la autoestima, dando las herramientas necesarias para una mejora en el autocuidado, incluyendo técnicas de relajación. **2 de octubre al 20 de noviembre**	Lunes	10:00-12:00 h.	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción

ESPACIO EMPLEO

Se presenta como un programa de atención individual a mujeres desempleadas para asesorar en la búsqueda de empleo, a través de itinerarios personalizados de inserción laboral adaptado a las necesidades de cada mujer.

Qué servicios ofrecemos en el Espacio de Empleo:

Diseño de itinerarios personalizados • Formación y capacitación profesional • Talleres de informática aplicada sobre herramientas de búsqueda de empleo

Atención: martes, miércoles y jueves de 10:00-13:00 h., con cita previa que se podrá solicitar presencialmente o a través del correo: empleomujer@ayto-torrejon.es

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio	Plazas
Del 17 de octubre al 9 de noviembre. **INFORMÁTICA BÁSICA APLICADA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO.** En este taller pretendemos que las mujeres participantes obtengan las herramientas necesarias para buscar empleo a través de Internet, medio indispensable para la búsqueda de empleo hoy en día. PRESENCIAL.	Martes y Jueves	10:00-13:00 h.	Gratuito	Para usuarias del Programa Empleo de la Concejalía de Mujer
Del 14 de noviembre al 1 de diciembre. **INFORMÁTICA BÁSICA APLICADA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO.** En este taller pretendemos que las mujeres participantes obtengan las herramientas necesarias para buscar empleo a través de Internet, medio indispensable para la búsqueda de empleo hoy en día. PRESENCIAL.	Martes, Jueves y Viernes	10:00-13:00 h.	Gratuito	Para usuarias del Programa Empleo de la Concejalía de Mujer

ESPACIO EMPLEO

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio	Plazas
CAMINANDO HACIA MI NUEVO FUTURO PROFESIONAL: "ATENCIÓN AL CLIENTE". Constará de dos módulos de 24 horas, uno de ofimática básica y otro de competencias profesionales en atención al cliente. Total 48 horas presenciales y 80 horas prácticas **Del 16 de octubre al 2 de noviembre** **MÓDULO I. OFIMÁTICA. APLICACIONES DE GESTIÓN** (24 horas presenciales) Microsoft Office: sistemas Operativo, Windows, Word y Excel Local situado Paseo de la Estación nº 2. 2º B	Lunes, Miércoles y Viernes	10:00-13:00 h.	Gratuito	Para usuarias del Programa Empleo de la Concejalía de Mujer
Del 6 al 29 de noviembre **MÓDULO II (24 horas presenciales)** Atención al cliente en Comercio. Gestión del stock y organización del almacén. Reposición de productos. Caja y Terminal: Puntos de venta. Calidad del Servicio. Quejas, sugerencias y reclamaciones. Prevención de riesgos laborales. Manipulación de alimentos (incluye certificado de manipulación de alimentos). Concejalía de Mujer. C/ Londres 11b, 1 planta. **Prácticas tras superar la parte teórica en Centros de la zona del Corredor del Henares o de la Comunidad de Madrid. 80 horas.**"	Lunes y Miércoles	10:00-13:00 h.	Gratuito	Para usuarias del Programa Empleo de la Concejalía de Mujer
Del 20 de octubre al 1 de diciembre **TALLER PARA EMPRENDEDORAS** En este taller las participantes contarán con estrategias para el desarrollo de ideas de negocio, Estudio de Mercado y Estrategias de Marketing de Impacto."	Viernes	10:00-13:00 h.	Gratuito	Mujeres con inquietudes emprendedoras.
NETWORKING PARA EMPRESARIAS Y EMPRENDEDORAS	**Infórmate en Concejalía de Mujer**			

PUNTO MUNICIPAL DEL OBSERVATORIO REGIONAL DE LA **VIOLENCIA DE GÉNERO**

Ofrece atención integral para mujeres que sufren violencia de género
De lunes a viernes de 08:00 a 20:00 h previa cita.
Para citas telefónicas de lunes a viernes de 9:30 a 19:30 h.
También por mail: **citaspuntovg@ayto-torrejon.es**

- **ATENCIÓN PSICOLÓGICA:** Espacio de apoyo y recuperación del malestar y las secuelas psicológicas que provoca la violencia. Para iniciar una nueva vida sin violencia, recuperando la confianza personal y las capacidades para salir de estas situaciones y mejorar en la calidad de vida. Prevención de relaciones de abuso y violencia.
- **ATENCIÓN SOCIAL:** Acompañamiento y apoyo integral en el proceso de superación de la violencia, seguimiento e información, asesoramiento y gestión de recursos. Tramitación de ayudas ecónomicas para mujeres y menores víctimas de violencia de género.
- ASESORÍA JURÍDICA: Asesoramiento especializado e información de todo lo relativo a denuncias, juicios, órdenes de protección, divorcio, custodia de los hijos e hijas... todos los aspectos jurídicos y legales.
- **ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA NIÑAS Y NIÑOS DE MUJERES QUE SUFREN VIOLENCIA DE GÉNERO.**

juventud

NORMAS DE MATRÍCULA

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- Del 5 al 15 de septiembre, **recogida de solicitudes**
- 19 de septiembre, **sorteo de grupos.**
  Salón de Actos Casa de la Cultura. C/ Londres, 5. 12:00 horas.

  El sorteo consiste en extraer una letra (A-Z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- 22 de septiembre, **exposición listas de admitidos.**
- Del 23 al 27 de septiembre, **plazo para presentar bajas.**
- **Horario**: de lunes a viernes, de 09:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.
- **Inicio del curso:** semana del 9 de octubre de 2023.
- **Calendario del curso:**
  * PERIODO I:
    Del 9 de octubre al 22 de diciembre de 2023.
  * PERIODO II
    Del 8 de enero al 22 de marzo de 2024.
  * PERIODO III:
    Del 25 de marzo al 14 de junio de 2024.

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones, de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Los alumnos no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida. En el caso de los talleres infantiles, deberán entregar y recoger a los menores en la puerta del aula donde se imparten las actividades.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeros y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
8. Para el buen desarrollo de las actividades, los alumnos deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.

9 Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de los alumnos.

10. No está permitido comer, fumar, beber...en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
11. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Podrán inscribirse en los cursos/talleres, los mayores de 18 años, y los menores de edad, con autorización del padre, madre o tutor.
5. Los cursos/talleres infantiles estarán debidamente especificadas en la programación, considerándose por tanto el resto, exclusivamente para adultos.
6. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
7. En el caso de inscripciones de menores de edad, deberán presentar Libro de Familia y DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte del padre, madre o tutor, según proceda.
8. Para los cursos/talleres de Mayores será necesario acreditarse con el carné de socio de centros de Mayores.
9. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
10. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
11. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
12. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
13. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
14. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
15. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
16. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
17. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas, podrán ser presentadas conjuntamente, determinando cual de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza.
18. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
19. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
20. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
21. El material fungible para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
22. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
23. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
24. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

CONCEJALÍA DE JUVENTUD

Centro Polivalente Abogados de Atocha
C/ Londres 11-B, planta baja. Tel. 916 78 38 65
www.torrejonjoven.com

Horario general:
Mañanas: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h
Tardes: lunes y jueves de 17:00 a 20:00 h

Horario de verano: del 1 de junio al 30 de septiembre (agosto cerrado). Mañanas: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.

Horario de invierno: del 18 de diciembre al 5 de enero.
Mañanas: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 9 de octubre de 2023 al 14 de junio de 2024

LA CAJA DEL ARTE

C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tfno: 912 35 31 98
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días	Horario	Precio	Plazas
CÓMIC, MANGA E ILUSTRACIÓN (14 a 18 años)	Miércoles	17:00-19:00 h.	**55 €**	Plazas disponibles

CASA DE LA CULTURA

C/ Londres 5. Tfno: 916 74 98 70
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Horario	Horario	Precio	Plazas
CÓMIC, MANGA	Miércoles	19:15-21:15 h.	**55 €**	Plazas disponibles
TÉCNICAS DE ESTUDIO (12 a 16 años)	Jueves	19:00-21:00 h.	**55 €**	Plazas disponibles

FRONTERAS

C/ Salvador Allende 7. Tfno: 916 74 97 72
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Horario	Horario	Precio	Plazas
GRAFFITI Y ARTE URBANO	Lunes	18:00-20:00 h.	**55 €**	Plazas disponibles

ABOGADOS DE ATOCHA

Centro Polivalente Abogados de Atocha. C/ Londres, 11-B, planta baja. Tel. 916 78 38 65

	Horario	Horario	Precio	Plazas
CAPOEIRA	Viernes	18:00-19:30 h.	**55 €**	Plazas disponibles

CENTRO CULTURAL EL PARQUE

C/ Hilados, s/n. Tel. 916 74 98 51

	Horario	Horario	Precio	Plazas
NUTRICIÓN DEPORTIVA	Viernes	18:00-20:00 h.	**55 €**	Plazas disponibles

* El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas

ACTIVIDADES DE LA CONCEJALÍA DE JUVENTUD

ASESORÍA DE ESTUDIOS Y PROFESIONES (*)
Horario: lunes de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 h.

ASESORÍA PSICOLÓGICA Y DE SEXUALIDAD (*)
Horario: lunes y jueves de 17:00 a 20:00 h

ASESORÍA DE VIAJES - VIAJETECA (*)
Horario: jueves de 17:00 a 20:00 h

(*) Cita Previa en el 916 78 38 65 o enviando un email a sij@ayto-torrejon.es

TRAMITACIÓN DEL CARNÉ JÓVEN ¡GRATUITO!

AULA DE OCIO Y NATURALEZA
Inscripciones desde el 2 de octubre • Precio: 5 euros

- **DESCUBRE LA SIERRA NORTE DE MADRID - RUTA POR SOMOSIERRA "DEHESA BONITA"** (18-35 años)
  Fecha: 21 de octubre
- **RUTA "PICO DE LA CABRA" – PUEBLA DE LA SIERRA** (18-35 años)
  Fecha: 11 de noviembre
- **SENDERISMO INVERNAL EN COTOS – RASCAFRÍA** (18-35 años)
  Fecha: 2 diciembre
- **SENDERISMO INVERNAL EN COTOS – RASCAFRÍA** (14-17 años)
  Fecha: 2 diciembre

Incluye: traslado en autobús, monitores especializados y actividad

DÍAS ESPECIALES EN ESPACIOS DE OCIO

DÍAS ESPECIALES de Torrejón de Ardoz

9 y 10 de septiembre: Cocoroom (15% de descuento)
16 y 17 de septiembre: Rock N Jump Torrejón (12€)
23 y 24 de septiembre: Bowling Parque Corredor (5€)
7 y 8 de octubre: On Fire Skate Park (6€)
14 y 15 de octubre: Escape Room 22 (20% de descuento)
21 y 22 de octubre: Henakart (12€)
4 y 5 de noviembre: Indoorwall (10€)

PROGRAMA JUVENIL DE OCIO NOCTURNO "LA NOCHE ABIERTA"
- Para jóvenes de 14 a 25 años.
- Sábados de 18:00 a 00:00 h. Centro Polivalente Abogados de Atocha
- **PS4 partidas multijugador, juegos de mesa y rol, futbolín, mesa de ping pong... ¡y mucho más!**

Más información en la Concejalía de Juventud y en nuestras redes sociales

@torrejonjoven

infancia

ACTIVIDADES BEBETECAS, PEQUETECAS Y LUDOTECAS MUNICIPALES "LA CAÑADA" Y "GLORIA FUERTES"

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

A partir del 18 de septiembre, de 10:00 a 13:00 h.
Inicio de la actividad: lunes 2 de octubre.

Concejalía de Educación
C/ Boyeros, 5. Tels. 652 392 019 - 916 78 25 60.
info.ludotecastorrejon@gmail.com

Inscripciones:
Ludoteca Municipal "La Cañada"
C/ Cañada, 50 (Centro Cultural Rafael Alberti).

Inscripciones: Hasta completar plazas.

ALGUNAS CONSIDERACIONES

- Los grupos no se abrirán si no existe un mínimo adecuado de participantes.
- Las inscripciones, una vez comenzado el curso, tendrán una reducción del 50% en la mensualidad si la incorporación es posterior al día 15.
- Las bajas tendrán efecto el mes siguiente de su comunicación.

BEBETECA
Niños/as de 3 a 15 meses (con padres).

PEQUETECA
Niños/as de 1 a 3 años (con padres).

PEQUETECA Mañanas
Niños/as de 1 a 3 años (sin padres).

LUDOTECA
Niños/as de 4 a 6 años.

Las actividades, adaptadas a los tramos de edad de los niños, serán realizadas por profesionales titulados y con experiencia, ofreciendo así la mayor calidad y tranquilidad.

LUDOTECAS LA CAÑADA Y GLORIA FUERTES		
Coordinación	Modalidad	Precio
PEQUETECA Mañanas	2 horas diarias (de lunes a viernes)	130 €/mes

INNOVAPEQUES (ACTIVIDADES BÁSICAS)		
Actividad	Modalidad	Precio
ESTIMULACIÓN LECTORA	1 actividad (1 hora semanal)	22 €/mes
ESTIMULACIÓN MUSICAL	2 actividades	37 €/mes
ESTIMULACIÓN PLÁSTICA	3 actividades	49 €/mes
EXPERIMENTA Y EXPLORA	4 actividades	60 €/mes

INNOVAKIDS (INGLÉS)		
Actividad	Modalidad	Precio
MEETKIDS	1 actividad (1 hora semanal)	26 €/mes
FUNPHONICS		

Las actividades se desarrollarán con el siguiente horario: Lunes a viernes: 09:15 a 13:45 h. Lunes a jueves: 16:15 a 18:30 h.

Inicio de la actividad Lunes 3 de octubre.

BEBETECA	
Modalidad	Precio
1 sesión de 45 minutos/semana	22 €/mes
2 sesiones de 45 minutos/semana	37 €/mes

mayores

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

Talleres gratuitos de la Concejalía de Mayores

Recogida de solicitudes:
Del 4 al 15 de septiembre en Avda. Virgen de Loreto 2,

Horario:
09:00 a 14:00 h.

Inicio del curso:
Semana del 2 de octubre de 2023

Cursos anuales para Mayores en Centros Culturales

Recogida de solicitudes:
Del 4 al 15 de septiembre en los diferentes centros

Horario:
De lunes a viernes, de 9 a 14 y de 17 a 19 h.

Inicio del curso Talleres Centros Culturales:
Semana del 9 de octubre de 2023

Sorteo de grupos:
19 de septiembre. 12:00 h.
Salón de Actos Casa de la Cultura. C/ Londres, 5.
El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.

Exposición lista de admitidos:
22 de septiembre

Plazo para presentar bajas:
23-27 de septiembre

Información Concejalía de Mayores
Avda Virgen de Loreto 2.
De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h.

91 656 65 14

Correo electrónico para información y consulta:
talleresmayores@ayto-torrejon.es
WhatsApp (solo mensajes) **620 47 81 74**

TALLERES GRATUITOS EN CENTROS DE MAYORES

Dinamizados por voluntarios/as para aprender, compartir y relacionarse

- **VEREDILLAS.** Gimnasia, Yoga, Tai-chi, Zumba, Relajación y Movilidad Articular, Pilates. Sevillanas, Bailes de Salón, Baile en Línea. Marquetería, Patchwork, Punto y Ganchillo, Tejedoras, Bordados, Manualidades, Estaño, Cestería Pintura al Óleo, Pintura en Tela, Dibujo. Apoyo a memoria, Inglés, Cultura General, Lectura Oral, Tertulia. Informática, Photoshop. Petanca, Mus y Ajedrez
  - **MAYORES EN LÍNEA-TIC**. Talleres de Móviles, lunes y miércoles, varios niveles..
  - **TALLER DE ALFABETIZACION DIGITAL SANITARIA** impartido por la dirección asistencial Este Comunidad de Madrid (octubre)
  - **APOYO PSICOLÓGICO** – Taller de desarrollo personal para mejorar la salud emocional y afectiva. Viernes
- **CAJA DEL ARTE.** Taller de Armónica y Bailes de Salón.
- **AVENIDA DE MADRID.** Sevillanas, Baile coreográfico, Bailes de Salón, Baile en Línea y Talleres de Desarrollo Personal.
- **FRONTERAS.** Relajación y Respiración, Baile Español.
- **PARQUE LAS VEREDILLAS - GIMNASIA AL AIRE LIBRE**
  Lunes y Miércoles de 10:00 a 11:00 h; de 11:00 a 12:00 h; y de 17:00 a 18:00 h.
  Martes y Jueves de 10:00 a 11:00 h; de 11:00 a 12:00 h y de 17:00 a 18:00 h.
- **PARQUE ROSARIO - GIMNASIA AL AIRE LIBRE**
  Lunes y Miércoles de 10:00 a 11:00 h; de 11:00 a 12:00 h.
  Martes y jueves de 10:00 a 11:00 h; de 11:00 a 12:00 h

OTROS PROGRAMAS Y SERVICIOS DE LA CONCEJALÍA DE MAYORES

- **APOYO PSICOLÓGICO**
  C.M. La Caja del Arte y C.M. Veredillas. Teléfono citas 650 29 30 27
- **SERVICIO DE FISIOTERAPIA**
  C.M. La Caja del Arte, C.M. Avda. de Madrid y C.M. Fronteras. Teléfono citas 91 523 47 86
- **SERVICIO DE PODOLOGÍA**
  C.M. Avda. de Madrid y C.M. La Caja del Arte. Teléfono citas: 677 570 193

- **SERVICIO DE PELUQUERÍA**
  C.M. Avda. de Madrid. Teléfono citas 91 648 78 11
  C.M. La Caja del Arte. Teléfono citas 91 002 62 53
- **TELÉFONO DE APOYO A MAYORES EN SOLEDAD**
  Teléfono 622 47 80 45
- **PROGRAMA DE SENDERISMO_MAYORES TORREJON**
  Salidas viernes y sábados (según programación)
  Inscripciones de lunes a miércoles de la semana de la salida
  WhatsApp 620 47 81 74 (sólo mensajes)
- **PROGRAMA DE TURISMO SOCIAL (VACACIONES Y BALNEARIOS)**
- **EXCURSIONES DE UN DIA** (según programación)
- **BAILE EN LOS CENTROS DE MAYORES**
  De 18 a 20:30 h
  Caja del Arte, sábados y dos domingos al mes
  Avda de Madrid, sábados
  El Parque, domingos
  Calle Madrid, jueves
- **VOLUNTARIADO** para personas mayores
- **ACTIVIDADES INTERGENERACIONALES.** Acercando generaciones (IES Veredillas y León Felipe)
- **OBTENCIÓN DE LA TARJETA DE MAYORES - GRATUITA**

Más información sobre estos servicios:
Avda. Virgen de Loreto 2, de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h
Tel. 91 656 65 14
Correo electrónico para información y consulta:
talleresmayores@ayto-torrejon.es

Síguenos en Redes sociales:
Facebook: https://www.facebook.com/mayorestorrejon
Canal YouTube: https://www.youtube.com/channel/UCbfrgOLTIu-ZFAoK0MGSuBw
Instagram: https://www.instagram.com/concejaliademayores/

CURSOS ANUALES

Del 10 de octubre de 2023 al 16 de junio de 2024

LA CAJA DEL ARTE

C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tfno: 91 235 31 98
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
MAYORES GIMNASIA	Lunes	Miércoles	09:30-10:30 h.	21,00 €	Lista de espera
	Martes	Jueves	09:30-10:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MAYORES PILATES I	Martes	Jueves	10:35-11:35 h.	21,00 €	Lista de espera
MAYORES PILATES II	Martes	Jueves	10:35-11:35 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MAYORES YOGA	Lunes	Miércoles	10:35-11:35 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MAYORES ZUMBA	Lunes	Miércoles	11:40-12:40 h.	21,00 €	Plazas disponibles

CASA DE CULTURA

C/ Londres 5. Tfno: 91 674 98 70
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
BAILES DE SALÓN MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	16:55-17:55 h.	21,00 €	Lista de espera
BAILES DE SALÓN MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	18:00-19:00 h.	21,00 €	Lista de espera
BAILES DE SALÓN MAYORES grupo 3	Martes	Jueves	16:55-17:55 h.	21,00 €	Plazas disponibles
BOLILLOS MAYORES	Lunes		17:00-19:00 h.	21,00 €	Lista de espera
CREACIÓN LITERARIA MAYORES	Jueves		10:30-12:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA MAYORES	Viernes		10:30-12:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	09:15-10:15 h.	21,00 €	Plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	10:20-11:20 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 3	Lunes	Miércoles	11:25-12:25 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 4	Lunes	Miércoles	12:30-13:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 5	Martes	Jueves	09:15-10:15 h.	21,00 €	Plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 6	Martes	Jueves	10:20-11:20 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 7	Martes	Jueves	11:25-12:25 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 9	Lunes	Miércoles	09:15-10:15 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo10	Lunes	Miércoles	10:20-11:20 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo11	Lunes	Miércoles	11:25-12:25 h.	21,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo12	Lunes	Miércoles	12:30-13:30 h.	21,00 €	Lista de espera
INFORMÁTICA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	09:00-10:00 h.	21,00 €	Plazas disponibles
INFORMÁTICA MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	11:30-12:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
INFORMÁTICA MAYORES grupo 3	Martes	Jueves	09:00-10:00 h.	21,00 €	Plazas disponibles
INFORMÁTICA MAYORES grupo 4	Martes	Jueves	11:30-12:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
INFORMÁTICA MAYORES grupo 5	Lunes		16:00-18:00 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MANUALIDADES MAYORES grupo 1	Martes		11:00-13:00 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MANUALIDADES MAYORES grupo 2	Martes		16:00-18:00 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MEMORIA MAYORES grupo 1	Martes	Jueves	16:30-17:30 h.	21,00 €	Plazas disponibles
MEMORIA MAYORES grupo 2	Martes	Jueves	17:35-18:35 h.	21,00 €	Lista de espera
TAICHI MAYORES grupo 1	Martes	Jueves	09:25-10:25 h.	21,00 €	Lista de espera
TAICHI MAYORES grupo 2	Martes	Jueves	10:30-11:30 h.	21,00 €	Lista de espera

EL PARQUE

C/ Hilados, s/n. Tfno: 91 674 98 518
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
MAYORES BAILE	Martes	Jueves	16:30-17:30 h.	**21,00 €**	Lista de espera
MAYORES COCINA	Viernes		11:00-13:00 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES GIMNASIA	Lunes	Miércoles	09:30-10:30 h.	**21,00 €**	Lista de espera
			10:35-11:35 h.	**21,00 €**	Lista de espera
			11:40-12:40 h.	**21,00 €**	Lista de espera
			12:45-13:45 h.	**21,00 €**	Lista de espera
MAYORES PATCHWORK	Martes		10:30-12:30 h.	**21,00 €**	Lista de espera
	Miércoles		15:30-17:30 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES PILATES	Martes	Jueves	09:30-10:30 h.	**21,00 €**	Lista de espera
MAYORES PINTURA	Miércoles		10:00-12:00 h.	**21,00 €**	Lista de espera
MAYORES GIMNASIA SUAVE	Martes	Jueves	11:40-12:40 h.	**21,00 €**	Lista de espera
MAYORES TAPICES	Martes		17:00-19:00 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
	Jueves		10:30-12:30 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES YOGA	Martes	Jueves	10:35-11:35 h.	**21,00 €**	Lista de espera
MAYORES ZUMBA	Martes	Jueves	12:45-13:45 h.	**21,00 €**	Lista de espera

FRONTERAS

C/ Salvador Allende 7. Tfno: 91 674 97 72
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

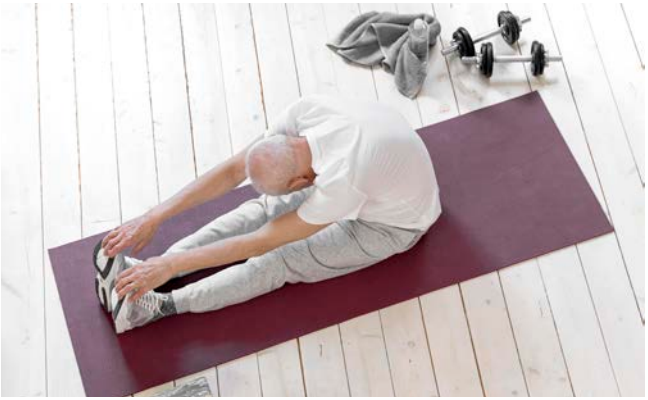
	Días		Horario	Precio	Plazas
BAILES REGIONALES MAYORES	Martes		16:30-18:30 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA MAYORES	Viernes		10:00-13:00 h.	**31,50 €**	Plazas disponibles
MAYORES GIMNASIA I	Lunes	Miércoles	10:15-11:15 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES GIMNASIA II	Lunes	Miércoles	11:00-12:00 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES GIMNASIA III	Lunes	Miércoles	16:15-17:15 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES GIMNASIA IV	Lunes	Miércoles	17:20-18:20 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES MEMORIA I	Lunes	Miércoles	10:00-11:30 h.	**31,50 €**	Lista de espera
MAYORES MEMORIA II	Lunes	Miércoles	11:35-12:35 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES PATCHWORK	Jueves		16:00-18:00 h.	**21,00 €**	Plazas disponibles
MAYORES TAICHI	Martes	Jueves	11:45-12:45 h.	**21,00 €**	Lista de espera

RAFAEL ALBERTI

C/ Cañada, 50. Tfno: 91 655 77 28
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
GIMNASIA DE MAYORES	Martes	Jueves	12:15-13:15 h.	**21,00 €**	Lista de espera

* El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.



Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

cursosytalleres | 2023/2024

EMPLEO UNED ESCUELA DE ADULTOS LA CAJA DEL ARTE CULTURA VOLUNTARIADO DEPORTE MUJER JUVENTUD INFANCIA MAYORES

Más información en www.ayto-torrejón.es

Septiembre 2023