



www.cursos.talleresyvisitasguiadaseneri.com



CIVVOX

Cursos y talleres Abril - Junio 2011

CONDESTABLE

C/ Mayor, 2
31001 Pamplona
948 224 249

ENSANCHE

Plaza Blanca de Navarra, 9
31004 Pamplona
948 232 888

ITURRAMA

C/ Esquíroz, 24
31007 Pamplona
948 366 655

JUS LA ROCHA

Paseo de los Enamorados, 37
31014 Pamplona
948 132 190

MENDILLORRI

C/ Concejo de Sarriguren, 3
31016 Pamplona
948 164 114

SAN JORGE

Plaza Doctor Gortari, s/n
31012 Pamplona
948 136 400

Servicio de Información Municipal 010
www.pamplona.es



Índice

Información	4
Para niños y jóvenes	5
Campamentos urbanos. Inglés divertido. Teatro. Música. Manualidades. Danza. Artes plásticas. Fotografía. Informática	
Artes plásticas y artesanías	8
Bisutería. Restauración. Patchwork. Acuarela. Dibujo. Grabado. Modelado en arcilla. Pintura. Talla de madera	
Música y teatro	10
Guitarra española. Taller de coro, lectura dramatizada y teatro	
Fotografía	11
Taller de fotografía. Fotografía de exterior	
Talleres prácticos	11
English para viajeros. Alé hop! Diviértete en francés	
Cata de vinos y cocina	12
Iniciación cata de vinos. Varietales de tinto. Maridaje con chocolate. Cata vertical. Recetas de primavera-verano. Arroces y pasta. Cocina fresca y económica. Cocina navarra para principiantes. Ensaladas y comidas frías	
Crecimiento personal	14
Bioenergética. Risa. Memoria. Autoconocimiento	
Ciberaulas	15
DNI electrónico. Cursos y talleres de informática, Internet, correo electrónico y nuevas tecnologías	
Danza	24
Latinos. Salón. Danzas populares. Danza contemporánea. Danza del vientre, tribal y zingara. Flamenco. Salsa y rueda cubana. Sevillanas	
En forma	27
Circular en bicicleta. Aeróbic. Batucabierta. Bosu. Circuito. Step. GAP. Postura. Pilates. Tai chi. Yoga. Yoglates. Taller de masaje relajante. Estar de pie sin esfuerzo	
Balneario urbano de Iturrama	32
Acuaeróbic. Acuagym. AcuaSTEP. Natación adultos. Natación infantil 3 a 5 años, 6 a 9 años y 10 a 12 años	

Información

Inscripciones a partir del lunes 7 de marzo

En cualquier Civivox, presentando el DNI.

Horario. De lunes a sábado, de 9 a 21 horas (excepto Ensanche, sábados tarde cerrado).

Cada persona podrá realizar un máximo de 2 inscripciones por curso.

Si no se completa el 75% de plazas se aplazará o suspenderá el curso correspondiente.

El nivel de conocimiento de los cursos y talleres de este programa es de iniciación salvo que se especifique 'con conocimientos' o se indique expresamente los conocimientos básicos necesarios para participar en el curso o taller.

Devoluciones

El importe de la inscripción sólo se devolverá en caso de suspensión o aplazamiento de la actividad.

Descuentos en las inscripción a los cursos y talleres

50% de bonificación, previa acreditación con la documentación oportuna, por familia numerosa, discapacidad, pensión de viudedad, víctimas de actos de terrorismo, víctima de delito de violencia doméstica y acogimiento familiar.

Conciliación Civivox

Programa promovido por el Ayuntamiento de Pamplona para facilitar la participación de las mujeres y los hombres con cargas familiares en las actividades y servicios culturales y de ocio.

Actividades infantiles coincidentes en el horario con actividades de adultos. Indicadas con el símbolo "Concilia".



Para niños y jóvenes

Campamentos urbanos → CONCILIA

Químicos chiflados

Para niños de 4 a 11 años

Condestable, Mendillorri, Iturrama y Ensanche

26, 27, 28 y 29 de abril

9.30 a 14 horas (entrada de los niños desde las 8.30 horas)

Inscripción: 16 €/día. Programa completo: 62 €

Hasta completar el número de plazas previsto (25 plazas/centro)

Aula abierta para niños → CONCILIA

El inglés es divertido: talleres y actividades

Para niños de 4 a 11 años

Ensanche

5 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 17 a 19 horas

15 plazas/día

Inscripción previa: 60 €/total curso (12 plazas)

Inscripción en el día: 3 € sesión (3 plazas)

Taller de teatro

Ensanche 1 (60 €) → CONCILIA

Para niños de 4 a 11 años

1 de abril a 24 de junio

Viernes, 17.45 a 19.15 horas

18 horas. 15 plazas

Jus la Rocha 2 (41 €)

Para niños de 5 a 9 años

5 de abril a 14 de junio

Martes, 18 a 19.30 horas

15 horas. 15 plazas

Taller de música divertida → CONCILIA

Para niños de 5 a 10 años

Ensanche (40 €)

2 de abril a 11 de junio

Sábados, 10.30 a 12 horas

12 horas. 15 plazas

Taller de manualidades → CONCILIA

Para niños de 5 a 12 años

Ensanche (39 €)

1 a 23 de junio

Lunes y miércoles, 17.30 a 19.30 horas

14 horas. 15 plazas

Iniciación a la danza

Para niños de 5 a 8 años

Iturrama (28 €)

6 de abril a 8 de junio
Miércoles, 18.30 a 19.30 horas
10 horas. 20 plazas

Taller creativo de artes plásticas

Para niños de 5 a 10 años

Ensanche 1 (50 €)

6 de abril a 8 de junio
Miércoles, 17.30 a 19 horas
15 horas. 15 plazas

Mendillorri 2 (50 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes, 18 a 19.30 horas
15 horas. 15 plazas

San Jorge 3 (50 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes, 17.30 a 19 horas
15 horas. 15 plazas



Taller de cocina para niños

De 5 a 12 años

Condestable (39 €)

2 a 23 de junio
Martes y jueves, 17.30 a 19.30 horas
14 horas. 15 plazas

Pequeños diseñadores creativos

Jus la Rocha 1 (24 €)

6 a 29 de junio
Lunes y miércoles, 17.15 a 18.45 horas
12 horas. 11 plazas

Mendillorri 2 (24 €)

13 a 23 de junio
Lunes a jueves, 17.15 a 18.45 horas
12 horas. 19 plazas

San Jorge 3 (24 €)

7 a 22 de junio
Martes a jueves, 17.15 a 18.45 horas
12 horas. 16 plazas

Taller de fotografía

Para niños de 7 a 12 años

Condestable 1 (24 €)

20 a 30 de junio
Lunes a jueves, 17 a 18.30 horas
12 horas. 18 plazas

Ensanche 2 (24 €)

9 de abril a 11 de junio
Sábados, 9.30 a 11 horas
12 horas. 16 plazas

Ensanche 3 (24 €)

13 a 27 de junio
Lunes a jueves, 17.15 a 18.45 horas
12 horas. 16 plazas

Jus La Rocha 4 (24 €)

6 de mayo a 24 de junio
Viernes, 17.15 a 18.45 horas
12 horas. 11 plazas

San Jorge 5 (24 €)

9 de abril a 11 de junio
Sábado, 9.15 a 10.45 horas
12 horas. 16 plazas

Taller de informática

Para niños de 7 a 12 años

Condestable 1 (24 €)

20 de abril a 15 de junio
Miércoles, 17 a 18.30 horas
12 horas. 18 plazas

Iturrama 2 (24 €)

21 a 30 de junio
Lunes a viernes, 17.15 a 18.45 horas
12 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 3 (24 €)

9 de abril a 11 de junio
Sábados, 9.15 a 10.45 horas
12 horas. 11 plazas

Mendillorri 4 (24 €)

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 9.15 a 10.45 horas
12 horas. 19 plazas

Ensanche 5 (30 €) → CONCILIA

13 de abril a 15 de junio
Miércoles, 17 a 18.30 horas
15 horas. 16 plazas

Artes plásticas y artesanías

Bisutería creativa

Iturrama (31 €)

5 de abril a 14 de junio
Martes, 18.30 a 20.30 horas
22 horas. 20 plazas

Restauración

Iturrama 1 (47 €)

7 de abril a 26 de mayo
Jueves, 17 a 19 horas
14 horas. 20 plazas

Jus la Rocha 2 (54 €)

5 de abril a 24 de mayo
Martes, 17 a 19 horas
16 horas. 20 plazas

Taller práctico de patchwork

Con conocimientos

Condestable (55 €)

5 de abril a 7 de junio
Martes, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 15 plazas

Acuarela

Iturrama 1 (55 €)

Con conocimientos
4 de abril a 13 de junio
Lunes, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 20 plazas

Mendillorri 2 (55 €)

6 de abril a 8 de junio
Miércoles, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 20 plazas

Del dibujo a la pintura

San Jorge (55 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 15 plazas

Grabado

Condestable (55 €)

6 de abril a 8 de junio
Miércoles, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 20 plazas



Modelado artístico en arcilla

Jus la Rocha (55 €)

7 de abril a 16 de junio
Jueves, 17 a 19 horas
20 horas. 20 plazas

Pintando en el taller

Jus la Rocha (110 €)

9 de abril a 18 de junio
Sábados, 10 a 14 horas
40 horas. 25 plazas

Pintura al óleo

Condestable 1 (72 €)

9 de abril a 18 de junio
Sábados, 10 a 13 horas
30 horas. 20 plazas

Ensanche 2 (59 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes, 11 a 13 horas
20 horas. 15 plazas

Iturrama 3 (55 €)

Con conocimientos
6 de abril a 8 de junio
Miércoles, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 20 plazas

Jus la Rocha 4 (55 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 20 plazas

Mendillorri 5 (55 €)

7 de abril a 16 de junio
Jueves, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 20 plazas

Talla de madera

Ensanche 1 (69 €)

7 de abril a 16 de junio
Jueves, 19 a 21.30 horas
25 horas. 15 plazas

Jus la Rocha 2 (69 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes, 16.30 a 19 horas
25 horas. 20 plazas

Taller de pintura

Ensanche (67 €)

6 de abril a 8 de junio
Miércoles, 19.30 a 21.30 horas
20 horas. 15 plazas



Taller abierto de artes plásticas

Iturrama (96 €)

(50% descuento para inscritos en cursos de artes plásticas)
9 de abril a 18 de junio
Sábados, 10 a 14 horas
40 horas. 25 plazas

Música y teatro

Guitarra española de acompañamiento

Nivel. Tres acordes principales (La, Re, Mi)

Ensanche (50 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes, 19.30 a 21 horas
15 horas. 20 plazas

Taller estable de coro

Conocimientos musicales básicos

Iturrama (50 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes, 19 a 20.30 horas
15 horas. 20 plazas

Taller de lectura dramatizada (continuación)

Jus la Rocha (54 €)

4 de abril a 30 de mayo
Lunes, 19.30 a 21.30 horas
16 horas. 20 plazas

Taller de teatro (continuación)

Iturrama (50 €)

6 de abril a 1 de junio
Miércoles, 19.30 a 21.30 horas
18 horas. 20 plazas

Fotografía

Taller de fotografía (cámara réflex)

Condestable (50 €)

11 de abril a 13 de junio
Lunes, 19 a 21 horas
18 horas. 20 plazas



Fotografía de exterior

Con conocimientos básicos de la cámara réflex y Photoshop

Iturrama (37 €)

5 de abril a 7 de junio
Martes, 19.30 a 21 horas
13,5 horas. 25 plazas

Talleres prácticos

English para viajeros → CONCLIA

Con conocimientos medios

Ensanche (50 €)

8 de abril a 10 de junio
Viernes, 17.30 a 19.30 horas
18 horas. 15 plazas

Alé hop! Diviértete en francés

Con conocimientos

Ensanche (41 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes, 19.30 a 21 horas
15 horas. 15 plazas

Cata de vinos y cocina

Con la colaboración de la Escuela del Vino D.O. Navarra



Cata de vinos. Iniciación

Condestable (27 €)

5 a 26 de abril

Martes, 19.30 a 21.30 horas

8 horas. 20 plazas



Taller de variedades de tinto

Condestable (7 €)

Viernes 6 de mayo, 19 a 21 horas

2 horas. 20 plazas



Maridaje con chocolate

Condestable (7 €)

Viernes 20 de mayo, 19 a 21 horas

2 horas. 20 plazas



Cata vertical de vinos

Condestable (7 €)

Viernes 3 de junio, 19 a 21 horas

2 horas. 20 plazas



Recetas de primavera-verano

Condestable (27 €)

7 de abril a 5 de mayo

Jueves, 19 a 21 horas

8 horas. 25 plazas

Cocina de arroces y pasta

Condestable (40 €)

12 de mayo a 16 de junio

Jueves, 19 a 21 horas

12 horas. 25 plazas



Cocina fresca y económica

Condestable (53 €)

11 de abril a 13 de junio

Lunes, 10.30 a 12.30 horas

18 horas. 25 plazas

Cocina navarra para principiantes

Condestable (47 €)

12 de abril a 31 de mayo

Martes, 19.30 a 21.30 horas

14 horas. 25 plazas



Ensaladas y comidas frías

Condestable (20 €)

7 a 21 de junio

Martes, 19.30 a 21.30 horas

6 horas. 25 plazas

Crecimiento personal

Taller de bioenergética: bienestar corporal y emocional

Mendillorri (41 €)
13 de abril a 22 de junio
Miércoles, 20 a 21.30 horas
15 horas. 20 plazas

Taller de la risa

San Jorge (41 €)
12 de abril a 14 de junio
Martes, 18 a 19.30 horas
15 horas. 20 plazas

Taller de memoria

Iturrama (41 €)
4 de abril a 13 de junio
Lunes, 19.30 a 21 horas
15 horas. 20 plazas



Civi-relax → *CONCILIA*

Taller de autoconocimiento, meditación y yoga

Ensanche (20 €)
9 de abril a 7 de mayo
Sábados, 11.30 a 13 horas
6 horas. 14 plazas

Ciberaulas



Ciberabierta

Uso libre de los ordenadores de las ciberaulas de los Civivox Ensanche, Iturrama, Jus la Rocha, Mendillorri y San Jorge. Uso supervisado por el técnico de la ciberaula. 0,50 € por sesión/hora. Para mayores de 7 años. Consultar el correo electrónico, navegar por Internet, utilizar el Messenger, hacer presentaciones y rellenar impresos, trabajar con programas de retoque fotográfico, además de otras muchas posibilidades sobre las nuevas tecnologías y el mundo de la informática.

Horarios del 1 de abril al 29 de junio

ENSANCHE, ITURRAMA
Mañanas. Lunes a jueves, de 13 a 14 horas.
Sábados, de 11.15 a 14 horas.
Tardes. Lunes a viernes, de 19 a 21 horas.
Sábados, de 17 a 21 horas.
(Ensanche. Miércoles, de 18.45 a 20.45 horas.
Sábados tarde cerrado)

JUS LA ROCHA, MENDILLORRI, SAN JORGE
Mañanas. Lunes a jueves, de 13 a 14 horas.
Sábados, de 11.15 a 14 horas.
Tardes. Lunes, miércoles y viernes, de 19 a 21 horas.
Martes y jueves, de 17 a 18.45 horas.
Sábados, de 17 a 21 horas.

Estos horarios podrán ser modificados en caso de mantenimiento o de usos especiales de los ordenadores para atender otras actividades del centro correspondiente.



DNI electrónico

Inscripción gratuita hasta completar el número de plazas

Condestable 1

6 y 7 de abril
Miércoles y jueves, 17 a 18.30 horas
3 horas. 18 plazas

Ensanche 2

9 y 10 de mayo
Lunes y martes, 19 a 20.30 horas
3 horas. 16 plazas

Iturrama 3

30 y 31 de mayo
Lunes y martes, 19 a 20.30 horas
3 horas. 18 plazas

Cursos y talleres

Almacenamiento on line

Ensanche 1 (12 €)

31 de mayo a 9 de junio
Martes y jueves, 11 a 12.30 horas
6 horas. 16 plazas

Mendillorri 2 (12 €)

6 a 9 de junio
Lunes a jueves, 17.15 a 18.45 horas
6 horas. 19 plazas

San Jorge 3 (12 €)

13 a 20 de abril
Lunes, miércoles y viernes, 17.15 a 18.45 horas
6 horas. 16 plazas

Comprar a través de Internet

Ensanche 1 (15 €)

4 a 18 de abril
Lunes y miércoles, 9.15 a 10.45 horas
7,5 horas. 16 plazas

Iturrama 2 (15 €)

21 a 30 de junio
Lunes, martes y jueves, 9.15 a 10.45 horas
7,5 horas. 18 plazas

Conocer la cámara compacta

San Jorge (24 €)

4 a 14 de abril
Lunes a jueves, 11 a 12.30 horas
12 horas. 12 plazas

Conocer la cámara reflex

San Jorge (30 €)

2 a 23 de mayo
Lunes, miércoles y viernes, 17.15 a 18.45 horas
15 horas. 12 plazas

Creación de un blog

Ensanche 1 (21 €)

15 de abril a 10 de junio
Viernes, 17.15 a 18.45 horas
10,5 horas. 16 plazas

Ensanche 2 (21 €)

3 a 24 de mayo
Martes y jueves, 11 a 12.30 horas
10,5 horas. 16 plazas

Correo electrónico y videoconferencias

Condestable 1 (21 €)

23 de mayo a 2 de junio
Lunes, martes y jueves, 16.45 a 18.30 horas
10,5 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 2 (21 €)

4 a 13 de abril
Lunes a jueves, 11 a 12.30 horas
10,5 horas. 11 plazas

Mendillorri 3 (21 €)

4 a 18 de abril
Lunes, miércoles y viernes, 17.15 a 18.45 horas
10,5 horas. 19 plazas

San Jorge 4 (21 €)

2 a 24 de junio
Jueves y viernes, 9.15 a 10.45 horas
10,5 horas. 16 plazas

Diseñar páginas web

Condestable (63 €)

14 de abril a 23 de junio
Martes y jueves, 11.15 a 13 horas
31,5 horas. 18 plazas

DVD con fotos y música

Condestable 1 (27 €)

5 a 19 de abril
Martes a viernes, 19 a 20.30 horas
13,5 horas. 18 plazas

Ensanche 2 (27 €)

1 a 20 de junio
Lunes, miércoles y viernes, 9.15 a 10.45 horas
13,5 horas. 16 plazas

Iturrama 3 (27 €)

30 de mayo a 27 de junio
Lunes y miércoles, 11 a 12.30 horas
13,5 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 4 (27 €)

3 a 31 de mayo
Martes y jueves, 11 a 12.30 horas
13,5 horas. 11 plazas

Instalar y desinstalar programas

Condestable 1 (12 €)

4 a 7 de abril

Lunes a jueves, 11.15 a 12.45 horas

6 horas. 18 plazas

Ensanche 2 (12 €)

5 a 14 de abril

Martes y jueves, 9.15 a 10.45 horas

6 horas. 16 plazas

Iturrama 3 (12 €)

5 a 14 de abril

Martes y jueves, 9.15 a 10.45 horas

6 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 4 (12 €)

4 a 13 de abril

Lunes y miércoles, 17.15 a 18.45 horas

6 horas. 11 plazas

Mendillorri 5 (12 €)

30 de mayo a 2 de junio

Lunes a jueves, 17.15 a 18.45 horas

6 horas. 19 plazas

Introducción a Excel 2000

Condestable (63 €)

9 de mayo a 24 de junio

Lunes, miércoles y viernes, 11.30 a 13 horas

31,5 horas. 18 plazas

Introducción a la informática, internet y correo electrónico

Ensanche 1 (63 €)

2 a 30 de mayo

Lunes a viernes, 9.15 a 10.45 horas

31,5 horas. 16 plazas

Iturrama 2 (63 €)

4 de abril a 20 de junio

Lunes y miércoles, 17.15 a 18.45 horas

31,5 horas. 18 plazas

Iturrama 3 (63 €)

2 de mayo a 17 de junio

Lunes, miércoles y viernes, 9.15 a 10.45 horas

31,5 horas. 18 plazas

San Jorge 4 (63 €)

2 de mayo a 15 de junio

Lunes a miércoles, 9.15 a 10.45 horas

31,5 horas. 16 plazas

Introducción a la informática, internet y correo electrónico (ritmo lento)

Condestable 1 (84€)

2 a 30 de mayo

Lunes a viernes, 9.15 a 11.15 horas

42 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 2 (84€)

2 de mayo a 8 de junio

Lunes a viernes, 9.15 a 10.45 horas

42 horas. 11 plazas

Mendillorri 3 (84€)

11 de abril a 20 de junio

Lunes a miércoles, 9.15 a 10.45 horas

42 horas. 19 plazas

Navegar por internet

Condestable 1 (42 €)

1 a 27 de junio

Lunes, miércoles y viernes, 9.15 a 11 horas

21 horas. 18 plazas

Ensanche 2 (42 €) → CONCILIA

2 a 31 de mayo

Lunes, martes y jueves, 17.15 a 18.45 horas

21 horas. 16 plazas

Iturrama 3 (42 €)

5 de abril a 17 de mayo

Martes, jueves y viernes, 17.15 a 18.45 horas

21 horas. 18 plazas

Iturrama 4 (42 €)

3 de mayo a 16 de junio

Martes y jueves, 9.15 a 10.45 horas

21 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 5 (42 €)

2 de mayo a 15 de junio

Lunes y miércoles, 11 a 12.30 horas

21 horas. 11 plazas

Mendillorri 6 (42 €)

5 de mayo a 17 de junio

Jueves y viernes, 9.15 a 10.45 horas

21 horas. 19 plazas

Música y MP3

Condestable 1 (21 €)

8 a 20 de abril

Lunes, miércoles y viernes, 11.15 a 13 horas

10,5 horas. 18 plazas

Ensanche 2 (21 €)

2 a 23 de junio

Martes y jueves, 9.15 a 10.45 horas

10,5 horas. 16 plazas

Iturrama 3 (21 €)

2 a 23 de mayo

Lunes y miércoles, 11.15 a 12.45 horas

10,5 horas. 18 plazas

San Jorge 4 (21 €)

20 a 29 de junio

Lunes a jueves, 9.15 a 10.45 horas

10,5 horas. 16 plazas

Organizar viajes por internet

Condestable 1 (12 €)

14 a 23 de junio

Martes y jueves, 9.30 a 11 horas

6 horas. 18 plazas

Iturrama 2 (12 €)

21 a 30 de junio

Martes y jueves, 11 a 12.30 horas

6 horas. 18 plazas

San Jorge 3 (12 €)

4 a 11 de abril

Lunes, miércoles y viernes, 17.15 a 18.45 horas

6 horas. 16 plazas

Organizar y gestionar fotografías

Jus la Rocha 1 (30 €)

2 de mayo a 1 de junio

Lunes y miércoles, 17.15 a 18.45 horas

15 horas. 11 plazas

Mendillorri 2 (30 €)

12 de abril a 24 de mayo

Martes y jueves, 17.15 a 18.45 horas

15 horas. 19 plazas

San Jorge 3 (30 €)

4 a 19 de abril

Lunes a jueves, 9.15 a 10.45 horas

15 horas. 16 plazas

Proteger a los niños en internet

Mendillorri (15 €)

20 de mayo a 17 de junio

Viernes, 17.15 a 18.45 horas

7,5 horas. 19 plazas

Redes sociales

Jus la Rocha 1 (18 €)

7 a 23 de junio

Martes y jueves, 11 a 12.30 horas

9 horas. 11 plazas

Mendillorri 2 (18 €)

2 a 13 de mayo

Lunes, miércoles y viernes, 17.15 a 18.45 horas

9 horas. 19 plazas

San Jorge 3 (18 €)

5 de mayo a 9 de junio

Jueves, 11 a 12.30 horas

9 horas. 16 plazas

Reparar el ordenador

Condestable (42 €)

4 a 19 de abril

Lunes a viernes, 9.15 a 11 horas

21 horas. 18 plazas

Retoque fotográfico con Photoshop CS

Condestable 1 (63 €)

Versión CS4

28 de abril a 28 de junio

Martes y jueves, 19 a 20.45 horas

31,5 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 2 (63 €)

Versión CS

5 de abril a 23 de junio

Martes y jueves, 19.15 a 20.45 horas

31,5 horas. 11 plazas

San Jorge 3 (63 €)

Versión CS

2 de mayo a 15 de junio

Lunes a miércoles, 11 a 12.30 horas

31,5 horas. 16 plazas

Trabajar con archivos y programas

Condestable 1 (42 €)

11 de abril a 16 de mayo

Lunes, martes y jueves, 16.45 a 18.30 horas

21 horas. 18 plazas

Iturrama 2 (42 €)

24 de mayo a 17 de junio

Martes y viernes, 17.15 a 19 horas

21 horas. 18 plazas

Iturrama 3 (42 €)

3 de mayo a 16 de junio

Martes y jueves, 11 a 12.30 horas

21 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 4 (42 €)

9 a 28 de junio

Lunes a viernes, 9.15 a 10.45 horas

21 horas. 11 plazas

San Jorge 5 (42 €)

5 de abril a 31 de mayo

Martes y jueves, 19.15 a 20.45 horas

21 horas. 16 plazas

Utilizar la memoria USB

Condestable 1 (9 €)

28 a 30 de junio

Martes a jueves, 9.15 a 10.45 horas

4,5 horas. 18 plazas

San Jorge 2 (9 €)

25 a 30 de mayo

Lunes, miércoles y viernes, 17.15 a 18.45 horas

4,5 horas. 16 plazas

Usos de Google

Ensanche 1 (21 €)

4 a 18 de abril

Lunes, martes y jueves, 11 a 12.30 horas

10,5 horas. 16 plazas

Iturrama 2 (21 €)

6 a 20 de abril

Lunes, miércoles y viernes, 9.15 a 10.45 horas

10,5 horas. 18 plazas

Jus la Rocha 3 (21 €)

4 a 18 de abril

Lunes, martes y miércoles, 9.15 a 10.45 horas

10,5 horas. 11 plazas

San Jorge 4 (21 €)

5 a 26 de mayo

Jueves y viernes, 9.15 a 10.45 horas

10,5 horas. 16 plazas

Utilizar Microsoft Word 2003

Ensanche (42 €)

2 de mayo a 8 de junio

Lunes y miércoles, 11 a 12.45 horas

21 horas. 16 plazas

Danza

Bailes latinos (merengue, bachata, salsa, rueda cubana)

Iturrama 1 (36 €)

7 de abril a 16 de junio
Jueves, 12 a 13.30 horas
15 horas. 25 plazas

Iturrama 2 (41 €)

Con conocimientos
8 de abril a 17 de junio
Viernes, 16.15 a 17.45 horas
15 horas. 25 plazas

Mendillorri 3 (41 €)

8 de abril a 17 de junio
Viernes, 18.30 a 20 horas
15 horas. 25 plazas

San Jorge 4 (41 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes, 20.15 a 21.45 horas
15 horas. 25 plazas

Bailes de salón (vals, pasodoble, tango, swing, fox- trot)

Ensanche 1 (50 €)

9 de abril a 18 de junio
Sábados, 10 a 11.30 horas
15 horas. 12 plazas

Iturrama 2 (41 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes, 17 a 18.30 horas
15 horas. 25 plazas

Iturrama 3 (41 €)

Con conocimientos
9 de abril a 18 de junio
Sábados, 12 a 13.30 horas
15 horas. 25 plazas

Danzas populares

Con conocimientos

Mendillorri (41 €)

9 de abril a 18 de junio
Sábados, 12 a 13.30 horas
15 horas. 20 plazas

Danza contemporánea y expresión corporal Con conocimientos

Iturrama (41 €)

7 de abril a 16 de junio
Jueves, 17.30 a 19 horas
15 horas. 20 plazas

Danza del vientre

Ensanche 1 (50 €) → CONCILIA

13 de abril a 15 de junio
Miércoles, 17 a 18.30 horas
15 horas. 12 plazas

Jus la Rocha 2 (41 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes, 17.30 a 19 horas
15 horas. 25 plazas

San Jorge 3 (36 €)

Con conocimientos
8 de abril a 17 de junio
Viernes, 11.30 a 13 horas
15 horas. 25 plazas

Danza tribal y zíngara

Con conocimientos

Iturrama (41 €)

8 de abril a 17 de junio
Viernes, 18 a 19.30 horas
15 horas. 25 plazas

Flamenco

Con conocimientos

Iturrama 1 (41 €)

11 de abril a 20 de junio
Lunes, 17 a 18.30 horas
15 horas. 25 plazas

San Jorge 2 (41 €)

11 de abril a 20 de junio
Lunes, 20 a 21.30 horas
15 horas. 25 plazas

Salsa y rueda cubana

Jus la Rocha (36 €)

9 de abril a 18 de junio
Sábados, 12 a 13.30 horas
15 horas. 25 plazas

Sevillanas

Iturrama 1 (41 €)

Con conocimientos

11 de abril a 20 de junio

Lunes, 18.30 a 20 horas

15 horas. 25 plazas

San Jorge 2 (41 €)

Con conocimientos

11 de abril a 20 de junio

Lunes, 18.30 a 20 horas

15 horas. 25 plazas

Sevillanas avanzadas y coreografía flamenca

Ensanche (50 €)

Con conocimientos

7 de abril a 16 de junio

Jueves, 19 a 20.30 horas

15 horas. 12 plazas

En forma

Aprender a circular en bicicleta por la ciudad

Dirigido a personas mayores de 16 años que ya saben andar en bicicleta

Inscripción gratuita hasta completar el número de plazas
Civivox Condestable y recorridos por la ciudad

Grupo 1

1 a 29 de abril

Viernes, 18.30 a 20.30 horas

8 horas. 12 plazas

Grupo 2

6 a 27 de mayo

Viernes, 18.30 a 20.30 horas

8 horas. 12 plazas

Aeróbic

Ensanche 1 (71 €)

4 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 19 a 20 horas

21 horas. 12 plazas

Iturrama 2 (51 €)

4 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 11.30 a 12.30 horas

21 horas. 20 plazas

Jus la Rocha 3 (28 €)

2 de abril a 11 de junio

Sábados, 10 a 11 horas

10 horas. 25 plazas

Mendillorri 4 (30 €)

4 de abril a 20 de junio

Lunes, 19.30 a 20.30 horas

11 horas. 20 plazas

San Jorge 5 (51 €)

4 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 9.30 a 10.30 horas

21 horas. 20 plazas

Batucabierta

Mendillorri (41 €)

2 de abril a 11 de junio

Sábados, 17.30 a 19 horas

15 horas. 20 plazas

Bosu

Iturrama (30 €)

1 de abril a 24 de junio

Viernes, 20 a 21 horas

11 horas. 20 plazas

Circuito en forma

Mendillorri (41 €)

5 de abril a 14 de junio

Martes, 20 a 21.30 horas

15 horas. 20 plazas

Step

Iturrama (58 €)

5 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 20.30 a 21.30 horas

21 horas. 20 plazas

GAP

Ensanche 1 (64 €)

5 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 20.30 a 21.30 horas

19 horas. 12 plazas

Jus la Rocha 2 (58 €)

6 de abril a 17 de junio

Miércoles y viernes, 20 a 21 horas

21 horas. 25 plazas

Postura y conciencia corporal

San Jorge (41 €)

7 de abril a 16 de junio

Jueves, 18.30 a 20 horas

15 horas. 20 plazas

Suavemente en forma

Ensanche 1 (62 €)

4 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 12.30 a 13.30 horas

21 horas. 14 plazas

San Jorge 2 (51 €)

4 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 11 a 12 horas

21 horas. 20 plazas

Pilates

Ensanche 1 (67 €)

6 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 20.30 a 21.30 horas

20 horas. 14 plazas

Ensanche 2 (48 €)

Nivel. Avanzado

7 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 9.15 a 10.15 horas

20 horas. 14 plazas

Ensanche 3 (48 €)

7 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 11.30 a 12.30 horas

20 horas. 14 plazas

Ensanche 4 (55 €)

12 de abril a 21 de junio

Martes y viernes, 18.30 a 19.30 horas

20 horas. 14 plazas

Iturrama 5 (39 €)

6 de abril a 1 de junio

Miércoles y viernes, 9.30 a 10.30 horas

16 horas. 25 plazas

Iturrama 6 (39 €)

4 de abril a 2 de junio

Lunes y jueves, 12 a 13 horas

16 horas. 25 plazas

Iturrama 7 (44 €)

6 de abril a 1 de junio

Lunes y miércoles, 15.30 a 16.30 horas

16 horas. 25 plazas

Iturrama 8 (44 €)

6 de abril a 1 de junio

Miércoles y viernes, 17 a 18 horas

16 horas. 25 plazas

Iturrama 9 (44 €)

5 de abril a 31 de mayo

Martes y viernes, 19.30 a 20.30 horas

16 horas. 25 plazas

Jus la Rocha 10 (48 €)

7 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 10 a 11 horas

20 horas. 25 plazas

Jus la Rocha 11 (55 €)

6 de abril a 15 de junio

Lunes y miércoles, 15.30 a 16.30 horas

20 horas. 25 plazas

Jus la Rocha 12 (55 €)

7 de abril a 16 de junio

Martes y jueves, 19 a 20 horas

20 horas. 25 plazas

Mendillorri 13 (44 €)

7 de abril a 2 de junio
Martes y jueves, 15.30 a 16.30 horas
16 horas. 20 plazas

Mendillorri 14 (41 €)

14 de abril a 23 de junio
Jueves, 20 a 21.30 horas
15 horas. 20 plazas

San Jorge 15 (39 €)

7 de abril a 2 de junio
Martes y jueves, 9.30 a 10.30 horas
16 horas. 25 plazas

Tai chi**Iturrama 1 (48 €)**

7 de abril a 16 de junio
Martes y jueves, 11 a 12 horas
20 horas. 25 plazas

Iturrama 2 (55 €)

6 de abril a 15 de junio
Lunes y miércoles, 20 a 21 horas
20 horas. 25 plazas

San Jorge 3 (41 €)

9 de abril a 18 de junio
Sábados, 11 a 12.30 horas
15 horas. 25 plazas

Yoga**Ensanche 1 (88 €)**

6 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 10.45 a 12.15 horas
30 horas. 14 plazas

Iturrama 2 (55 €)

7 de abril a 16 de junio
Martes y jueves, 19.15 a 20.15 horas
20 horas. 25 plazas

Mendillorri 3 (69 €)

4 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 9.30 a 11 horas
28,5 horas. 20 plazas

San Jorge 4 (55 €)

7 de abril a 16 de junio
Martes y jueves, 17 a 18 horas
20 horas. 25 plazas

Yogilates**Ensanche 1 (55 €)** → **CONCILIA**

7 de abril a 16 de junio
Martes y jueves, 17 a 18 horas
20 horas. 14 plazas

Iturrama 2 (39 €)

6 de abril a 1 de junio
Miércoles y viernes, 10.30 a 11.30 horas
16 horas. 25 plazas

Iturrama 3 (33 €)

2 de abril a 28 de mayo
Sábados, 10 a 11.30 horas
12 horas. 25 plazas

Iturrama 4 (44 €)

5 de abril a 31 de mayo
Martes y viernes, 18.15 a 19.15 horas
16 horas. 25 plazas

Jus la Rocha 5 (55 €)

7 de abril a 16 de junio
Martes y jueves, 20 a 21 horas
20 horas. 25 plazas

San Jorge 6 (39 €)

7 de abril a 2 de junio
Martes y jueves, 10.30 a 11.30 horas
16 horas. 25 plazas

**Civi-relax** → **CONCILIA****Taller de masaje relajante y reenergizante**

Para personas mayores de 16 años y madres y padres que quieran acudir con hijos mayores de 6 años

Ensanche (25 €)

14 de mayo a 11 de junio
Sábados, 11.30 a 13 horas
7,5 horas. 14 plazas

**Estar de pie sin esfuerzo****Ensanche (35 €)**

29 de abril a 17 de junio
Viernes, de 11.30 a 13 horas
12 horas. 14 plazas

Balneario urbano de Iturrama

Acuaerobic

Grupo 1 (abonados: 40 € / no abonados: 47 €)

12 de abril a 31 de mayo
Martes y jueves, 11 a 12 horas
14 horas. 15 plazas

Grupo 2 (abonados: 38 € / no abonados: 45 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes y jueves, 19.45 a 20.30 horas
13,5 horas. 15 plazas

Grupo 3 (abonados: 38 € / no abonados: 45 €)

11 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 19 a 19.45 horas
13,5 horas. 15 plazas

Acuagym

Grupo 1 (abonados: 40 € / no abonados: 47 €)

12 de abril a 31 de mayo
Martes y jueves, 10 a 11 horas
14 horas. 15 plazas

Grupo 2 (abonados: 38 € / no abonados: 45 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes y jueves, 19 a 19.45 horas
13,5 horas. 15 plazas

Acuastep

Grupo 1 (abonados: 38 € / no abonados: 45 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes y jueves, 20.30 a 21.15 horas
13,5 horas. 15 plazas

Grupo 2 (abonados: 38 € / no abonados: 45 €)

11 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 20.30 a 21.15 horas
13,5 horas. 15 plazas

Natación adultos

Grupo 1 (abonados: 40 € / no abonados: 47 €)

11 de abril a 30 de mayo
Lunes y miércoles, 10 a 11 horas
14 horas. 15 plazas

Grupo 2 (abonados: 40 € / no abonados: 47 €)

Con conocimientos
12 de abril a 31 de mayo
Martes y jueves, 12 a 13 horas
14 horas. 15 plazas

Natación infantil

Para niños de 3 a 5 años

Grupo 1 (abonados: 25 € / no abonados: 30 €)

11 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 17.30 a 18 horas
9 horas. 6 plazas

Grupo 2 (abonados: 25 € / no abonados: 30 €)

11 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 18 a 18.30 horas
9 horas. 6 plazas

Grupo 3 (abonados: 25 € / no abonados: 30 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes y jueves, 17.30 a 18 horas
9 horas. 6 plazas

Grupo 4 (abonados: 25 € / no abonados: 30 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes y jueves, 18 a 18.30 horas
9 horas. 6 plazas

Grupo 5 (abonados: 11 € / no abonados: 13 €)

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 10 a 10.30 horas
4 horas. 6 plazas

Grupo 6 (abonados: 11 € / no abonados: 13 €)

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 10.30 a 11 horas
4 horas. 6 plazas

Grupo 7 (abonados: 11 € / no abonados: 13 €)

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 11.30 a 12 horas
4 horas. 6 plazas

Natación infantil

Para niños de 6 a 9 años

Grupo 1 (abonados: 25 € / no abonados: 30 €)

11 de abril a 13 de junio
Lunes y miércoles, 18.30 a 19 horas
9 horas. 8 plazas

Grupo 2 (abonados: 25 € / no abonados: 30 €)

12 de abril a 14 de junio
Martes y jueves, 18.30 a 19 horas
9 horas. 8 plazas

Grupo 3 (abonados: 11 € / no abonados: 13 €)

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 11 a 11.30 horas
4 horas. 8 plazas

Grupo 4 (abonados: 11 € / no abonados: 13 €)

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 12 a 12.30 horas
4 horas. 8 plazas

Natación infantil perfeccionamiento

Para niños de 10 a 12 años

Abonados: 11 € / No abonados: 13 €

16 de abril a 11 de junio
Sábados, 12.30 a 13 horas
4 horas. 10 plazas