

Centre Cívic Cotxeres-Casinet

TALLERS

Abril - juny 2019

Cotxeres-Casinet



**Inscripcions en línia
a partir del 12 de març**

secretariat

**Ajuntament de
Barcelona**



ANTICS TALLERISTES

Les domiciliacions bancàries, a partir del 25 de febrer, i en efectiu o targeta, a partir del 5 de març.

NOUS TALLERISTES

A partir del 12 de març a les 9.30 h, tant si és per domiciliació com si és en efectiu, targeta o en línia. Els menors d'edat no es podran inscriure en línia si no tenen DNI.

Les domiciliacions bancàries es poden fer fins al 27 de març.

ATENCIÓ DOMICILIACIONS

Si domicilieu el rebut pel banc penseu que aquesta vegada no se us renovarà la inscripció automàticament per als propers trimestres ja que aquest és l'últim trimestre del curs. En el cas que us vulgueu inscriure novament al període octubre-desembre recordeu que haureu de renovar la domiciliació a l'estiu (s'informarà oportunament de les noves dates d'inscripció).

Data d'inici dels tallers

A partir del **dilluns 1 d'abril** i **acaben el dilluns 17 de juny** inclòs, amb l'exceptió dels tallers per als quals s'indiqui una altra data.

Els tallers que no tinguin un nombre mínim de persones inscrites es podran suspendre. Reducció i subvenció dels imports als cursos: informeu-vos-en en el mateix centre.

Informació sobre beques: en poden rebre les persones amb Targeta rosa (no la de tarifa reduïda). En tots els casos es demanaran els comprovants pertinents. Les beques es donaran per rigorós ordre d'arribada. Els cursos de les escoles de música Dies i Farré no tenen beques. Més informació, a Secretaria.

Els centres no es fan responsables del material que els usuaris i els participants en les activitats dipositin als equipaments.

COTXERES DE SANTS

C. de Sants, 79
08014 Barcelona
Tel. 932 918 701 / Fax: 932 918 899
Matins: de dilluns a divendres, de 9.30 a 14 h. Tardes: de dilluns a dijous, de 16.30 a 19 h

CASINET D'HOSTAFRANCS

C. del Rector Triadó, 53
08014 Barcelona
Tel. 934 230 440 / Fax: 932 892 093
Matins: de dilluns a divendres, de 9.30 a 14 h. Tardes: dimarts i dimecres, de 16.30 a 19 h

Adreces d'entitats col·laboradores

CASAL ARTESÀ

C. de Sant Roc, 26 - 28, 1r
T. 934 230 988
www.casalhostafrancs.cat

CASTELLERS DE SANTS

C. Comtes de Bell-lloc, 39
www.borinotsessionscat

ESBART CIUTAT COMTAL

C. de Miquel Bleach, 32
T. 934 314 438
www.esbartciutatcomtal.cat

ESCOLA BARRUFET

Ptge. del Vapor Vell, 7
T. 934 097 208
www.escolabarrufet.cat

ESCOLA DE CERÀMICA LLUNA DE FANG

C. del Rector Triadó, 18, baixos 2
T. 934 268 226
rosalluna@gmail.com

ESCOLA DE MÚSICA DIESI

C. del Tinent Flomesta, 6-8
T. 934 310 100
www.escoladiesi.com

ESCOLA DE MÚSICA FARRÉ

C. de Santa Caterina, 33
T. 933 397 493
www.escolesfarre.com

MEXCAT

Organització i lloc: Associació Cultural Farré. Mexicano Catalana
C. Mir i Geribert, 8, soterrani
www.mex.cat

	pàg.
AULA DE FORMACIÓ JOSEP GUINOVART I GRAU	3
ITINERARIS	5
SALUT I CREIXEMENT PERSONAL	4
EXPRESSIÓ	11
EXPRESSIÓ PLÀSTICA	17
HUMANITATS I CIÈNCIES SOCIALS	21
IDIOMES	23
CUINES	31
RECURSOS	33
INFORMÀTICA I COMUNICACIÓ	29
RACÓ INFANTIL I JUVENIL	31
TALLERS FAMILIARS	34

AULA DE FORMACIÓ JOSEP GUINOVART I GRAU

Activitats gratuïtes

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE "100 ARBRES SINGULARS DE LA CIUTAT DE BARCELONA"

Dijous 11 d'abril, a les 19 h
Lloc: Sala d'actes Cotxeres de Sants, plaça Bonet i Muixí, 7, 4a planta
A càrrec de Ricard Llerins Bonet, autor del llibre.

El llibre té 314 pàgines: 210 en color i 104 en blanc i negre, amb 721 fotos a color. S'hi descriuen 100 arbres de 100 espècies diferents, en general el de més perímetre de cada una, ordenats per famílies, tots de Barcelona ciutat, amb un full de text i un altre amb 7 fotos cada un: tronc, capçada, fulles, flors, fruits, escorça, gal·les o punxes. S'han buscat arbres a Collserola, parcs, jardins, els dos jardins botànics, el zoològic i cementiris. Els annexos contenen rutes, fotos de plaques, els 51 arbres de més de 3 m. de perímetre a 1,30 m. del terra, Arbres d'interès local, bibliografia on trobar 335 plan-



tes o arbres a la ciutat i diccionari de botànica, entre d'altres altres coses. L'objectiu del llibre és popularitzar la botànica i donar a conèixer arbres que val la pena admirar i protegir, ja que al cap i a la fi les plantes i els arbres són la base de la vida.

N NOU TALLER

H NOU HORARI

INFÀNCIA VULNERABLE A CATALUNYA / INFÀNCIA EN RISC A CATALUNYA

Dijous 16 de maig, a les 19 h
 Lloc: Sala d'actes Cotxeres de Sants, plaça Bonet i Muixí, 7, 4a planta
A càrrec d'Aldees Infantils SOS

Una realitat molt a prop nostre que ens costa de veure.

Podreu conèixer com funciona el sistema de protecció a la infància al nostre país. Paraules com desemparament, acolliment familiar i acolliment aliè, custòdia i ajuts als joves quan arriben a la majoria d'edat sense una xarxa familiar que els protegeixi. També parlarem dels programes de protecció que sorgeixen des de les entitats locals per detectar i ajudar les famílies més vulnerables i algunes iniciatives per pal·liar els moments d'emergència que ha portat la crisi econòmica i que estan lluny d'estar resolts.

Aldees Infantils SOS porta des de 1967 treballant amb la infància vulnerable a Catalunya i segueix ampliant la seva cartera de programes per donar resposta a situacions que fan molt difícil la vida de molts nens al nostre país.



L'OMBRA DEL TERCER. Infidelitat i parella

Dijous 6 de juny, a les 19 h
 Lloc: Sala d'actes Cotxeres de Sants, plaça Bonet i Muixí, 7, 4a planta
A càrrec de Lupe García Rodríguez, sexòloga i educadora

Per a la majoria de la gent que està en parella, la fidelitat és un factor fonamental perquè la relació sigui satisfactòria però, si això és així, per què hi ha gent que és infidel?

La infidelitat s'entén de diferents maneres segons la persona, algunes justifiquen la seva infidelitat amb múltiples raons: problemes sexuals, explorar noves experiències, conflictes de parella... En qualsevol cas continua sent un tema tabú en la majoria de les parelles que no es parla fins que succeeix alguna cosa que ens fa sospitar.

En aquesta tertúlia parlarem dels conflictes i sentiments que es produeixen en la parella després d'una infidelitat.



VISITA GUIADA AL MUSEU NACIONAL D'ART DE CATALUNYA-MNAC

Dissabte 11 de maig, d'11 a 12.30 h
 Entrada gratuïta

Visita guiada per l'exposició "ART MEDIEVAL": Les millors peces de les col·leccions de romànic i gòtic.

Inscripcions per a antics alumnes a partir del 5 de març i a partir del 12 de març per als nous alumnes.

Cal ser al vestíbul del museu 10 minuts abans de l'inici de la visita.

VISITA GUIADA JARDÍ BOTÀNIC (SUD-ÀFRICA)

Dissabte 1 de juny, d'11 a 12.30 h
 Entrada gratuïta

Associació d'Amics del Jardí Botànic

Veurem la vegetació sud-africana, de clima similar al nostre. Trobarem àloes, plantes crasses que pengen dels nostres balcons i geranis tal com es troben en el seu medi natural.

A càrrec de l'Associació d'Amics del Jardí Botànic.

Cal ser a l'entrada del parc 10 minuts abans de l'inici de la visita. Inscripcions a partir del 5 de març per a antics alumnes i a partir del 12 de març per a nous alumnes.

Cal ser a l'entrada del parc 10 minuts abans de l'inici de la visita.



RUTES: LA HISTÒRIA DE SANTS I ENTORNS

Diumenge, d'11 a 13 h
 (6 sessions)
 Cotxeres-C (vestíbul c), 58,08 €
Organització i lloc: Mexcat

Ruta 1 - L'antic camí de Sants. Des de la plaça d'Espanya fins al cementiri.

Ruta 2 - El Sants rural. Ruta de masies i patrimoni. De la Bordeta a Can Mantega.

Ruta 3 - El Sants misteriós.

Ruta 4 - El Sants fabril. Un poble entre fàbriques. Espanya industrial, Can Batlló i el Vapor Vell.

Ruta 5 - De Sants a Montjuïc, la transformació d'un poble en un barri.

Ruta 6 - El Modernisme a Sants. 150 anys de Modest Feu, el nostre arquitecte.

Inici diumenge 28 d'abril.



Es recomana portar tovallola als tallers de ioga, pilates, tai-txi...

APRÈN A PARLAR EN PÚBLIC

Dilluns, de 20 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 65,34 €
Professora: Lali Feliu

CANTAR CONTRA L'ESTRÈS

Dilluns, de 19 a 20.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 012), 65,34 €
Professora: Selina Worsley

Cal portar roba còmoda, mitjons gruixuts i ampolla d'aigua.

COACHING: MILLOREM LA VIDA PERSONAL

Dilluns, de 20 a 21.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 120), 65,34 €
Professora: M. Isabel Cayuela

CORRECCIÓ POSTURAL

Dilluns, de 10 a 11 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 36,99 €
Professora: Silvia Vega

Dimecres, de 16.30 a 17.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 36,99 €
Professora: Olga Valls

Dijous, d'11 a 12 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 41,10 €
Professora: Nur Adriana Pinto

Dijous, de 19 a 20 h (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 41,10 €
Professora: Carla López

ESTIMULEM LA MEMÒRIA

Dilluns, de 18.30 a 20 h (9 s.)
Barrufet (aula 120), 65,34 €
Professora: M. Isabel Cayuela

Dimarts, de 19 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 48,40 €
Dijous, de 18 a 19.30 h (10 s.)
Barrufet (aula 119), 72,60 €
Divendres, de 10 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 72,60 €
Professora: Pilar Cases

Dimecres, de 16.30 a 18 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 65,34 €
Professora: Lourdes Frigola



GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

Dilluns i dimecres, de 9 a 10 h (18 s.)
Casinet (estudi), 47,88 €
Dilluns i dimecres, de 10 a 11 h (18 s.)
Casinet (estudi), 47,88 €
Dimarts, d'11.30 a 12.30 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 41,10 €
Divendres, de 10.30 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 41,10 €
Professora: Marta Casado

HIPO-PILATES

Dimarts, de 19 a 20 h (10 s.), 57 €
Organització i lloc: Associació Cultural Farré
Divendres, de 18.30 a 19.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 57 €
Professora: Silvia Vega

No és recomanable per a persones embarassades ni per a persones amb problemes de cor.



HIPOPRESIVES

Divendres, de 19.30 a 20.30 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €
Professora: Mamifit

HO'OPONOPONO

Dijous, de 19.30 a 21 h (10 s.)
Barrufet (aula 120), 72,60 €
Professora: Helena Broquetas

HO'OPONOPONO 2n any

Dijous, de 18 a 19.30 h (10 s.)
Barrufet (aula 120), 72,60 €
Professora: Helena Broquetas

INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL

Dijous, de 19.30 a 21 h (10 s.)
Barrufet (aula 119), 72,60 €
Professora: Pilar Cases

IOGA

Dilluns, de 9.45 a 11 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 46,24 €
Dimarts, de 14.30 a 15.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 41,10 €
Divendres, d'11.30 a 12.45 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 51,38 €
Professor: Diego Borrego

Dilluns, de 17.30 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 55,49 €
Dimecres, de 9.30 a 11 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 55,49 €
Dimecres, d'11 a 12.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 55,49 €
Dijous, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 61,65 €
Divendres, de 9.30 a 11 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 61,65 €
Professora: Eulàlia Embodas

Dilluns, de 19.15 a 20.30 h (9 s.)
Casinet (estudi), 46,24 €
Dilluns, de 20.30 a 21.45 h (9 s.)
Casinet (estudi), 46,24 €
Professora: Maria Gemma Marsal

Dimarts, de 9.15 a 10.30 h (10 s.)
Casinet (estudi), 51,38 €
Dimecres, de 9.15 a 10.15 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 36,99 €
Professora: Maria Isabel Casas

Dimarts, de 17.15 a 18.45 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 61,65 €
Dimarts, de 18.45 a 20.15 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 61,65 €
Dimarts, de 20.15 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 51,38 €

Dijous, de 17.30 a 18.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
41,10 €

Dijous, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
61,65 €

Dijous, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
61,65 €

Divendres, de 19.30 a 20.45 h
(10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
51,38 €

Professora: Natsumi Montilla

Dimarts, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 13), 61,65 €

Dimecres, de 20 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 13), 55,49 €

Professora: Maria Teresa Serra

Dimecres, de 17 a 18 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
36,99 €

Dissabte, de 9.45 a 11.15 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 61,65 €

Professora: Sonia Lucía Ignacio

Dijous, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Casinet (estudi), 61,65 €

Dijous, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (estudi), 61,65 €

Professora: Gloria Cavallé

Dijous, de 20.15 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 13), 51,38 €

Professor: Rafael Laraña

**En aquests tallers no s'acceptaran
embarassades ni persones amb
problemes de cor o d'hèrnia discal.**



IOGA NIDRA

Dimecres, d'11.15 a 12.15 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
36,99 €

Professora: Maria Isabel Casas

És una tècnica de meditació molt antiga que es practica en la postura de relaxació tombat a terra i sense moure't. En aquesta postura el professor et va guiant en la relaxació del cos i de la ment amb una visualització final. Aquesta tècnica augmenta la creativitat, enforteix la memòria, potencia l'aprenentatge i la vitalitat.

IOGA SUAU

Dimarts, de 10.30 a 11.30 h (10 s.)
Casinet (estudi), 41,10 €

Dimecres, de 10.15 a 11.15 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
36,99 €

Professora: Maria Isabel Casas

La pràctica de les postures de ioga i una correcta respiració són eines eficaces per millorar la salut física i psicològica, ja que amb la relaxació alliberem tensions i bloquejos.

**En aquests tallers no s'acceptaran
dones embarassades ni persones
amb problemes de cor o d'hèrnia
discal.**



MEDITACIONS ACTIVES

Dijous, de 18 a 19 h (10 s.)
Barrufet (aula 012), 48,40 €

Professora: Georgina Jordana

MINDFULNESS

Dimecres, de 14.30 a 15.30 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 43,56 €

Professora: Lourdes Frigola

Pràctica per desenvolupar recursos per viure una vida amb plenitud, per gaudir i viure més del present, moment a moment. Permet reduir els símptomes físics i psicològics associats a l'estrès i millora el benestar general.

PILATES

Dilluns, de 9.30 a 10.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Dilluns, de 10.30 a 11.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Dilluns, de 18.30 a 19.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Dimecres, de 19.30 a 20.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Dijous, de 18 a 19 h (10 s.)
Barrufet (aula 201), 57 €

Dijous, de 19 a 20 h (10 s.)
Barrufet (aula 201), 57 €

Professor: Joan Bohe

Dilluns, de 18.45 a 19.45 h (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 51,30 €

Dilluns, de 19.45 a 20.45 h (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 51,30 €

Dimarts, de 20.45 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (estudi), 42,75 €

Professor: Carl Staaf

Dimarts, de 9.30 a 10.30 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €

Dimarts, de 10.30 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €

Dimarts, de 19 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
57 €

Dijous, de 10 a 11 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
57 €

Professora: Marta Casado

Dimarts, de 18 a 19 h (10 s.)
Organització i lloc: Associació
Cultural Farré, 57 €

Divendres, de 17.30 a 18.30 h
(10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 57 €

Professora: Silvia Vega

Dimecres, de 17.30 a 18.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Professora: Olga Valls

Dissabte, d'11.15 a 12.15 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €

Professora: Sonia Lucía Ignacio

La metodologia de Pilates es basa en sis principis fonamentals que són la respiració, la concentració, el control, el centre i la fluïdesa; tots ells milloren la qualitat de l'entrenament. Farem una sèrie ordenada d'exercicis per treballar el cos, dels peus al cap, sempre buscant la qualitat i no la quantitat de repeticions, en això rau l'efectivitat del mètode.

PILATES AVANÇAT

Dimarts, de 20 a 21 h (10 s.)
Organització i lloc: Associació
Cultural Farré, 57 €

Professora: Silvia Vega

Dimecres, de 20.30 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Dijous, de 20.15 a 21.15 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €

Professor: Joan Bohe

Cal haver fet un mínim d'un any de pilates.

PILATES-DANCE

Dimecres, de 18.30 a 19.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €

Professora: Olga Valls

Amb aquesta disciplina del pilates+ dance intentarem apropar-nos mitjançant exercicis de dansa al que seria una classe fusió gairebé completa; respiració-resistència-tonificació-estiraments-coordinació i flexibilitat.

PILATES-IOGA

Dilluns, de 20.45 a 21.45 h (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 51,30 €
Dimarts, de 19.45 a 20.45 h (10 s.)
Casinet (estudi), 57 €
Professor: Carl Staaf

Dimarts, de 18 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
57 €

Dijous, d'11 a 12 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
57 €

Divendres, de 9.30 a 10.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
57 €
Professora: Marta Casado

Dimecres, de 16 a 17 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
51,30 €
Professora: Sonia Lucía Ignacio

El pilates aporta dinamisme a l'hora de fer els exercicis, treball des del centre, abdominals. El ioga aporta, mitjançant les asanes (postures estàtiques fetes durant uns minuts), més concentració, treball en introspecció per arribar a la nostra naturalesa, relaxació, estiraments, connexió... Fusionarem els beneficis de les dues tècniques.

PLANTES MEDICINALS

Dilluns, de 10 a 11.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 65,34 €
Professora: Rosa Ana Segura

Suplement de 5 € que s'abonarà a la professora.

RISOTERÀPIA

Dilluns, de 16 a 17.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 65,34 €
Professora: Àurea Arroyo

STREACHING (ESTIRAMENTS)

Dilluns, d'11 a 12 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 51,30 €
Dijous, de 10 a 11 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 57 €
Professora: Nur Adriana Pinto

TAI-TXI

Dilluns, de 16 a 17.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
55,49 €
Divendres, d'11 a 12.30 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 61,65 €
Professora: Eulàlia Embodas

Dilluns, de 19 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
36,99 €

Dimecres, de 19 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
36,99 €
Professor: Francesc López

Dimarts, de 9.30 a 11.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 82,20 €

Dimarts, de 12 a 13.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 61,65 €

Dimarts, de 16.30 a 18 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
61,65 €
Professora: Georgina Jordana

TAI-TXI TXI KUNG

Dijous, de 17 a 18.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 61,65 €
Professora: Eulàlia Embodas

Dilluns, de 18.30 a 20 h (9 s.)
Barrufet (aula 201), 55,49 €
Dilluns, de 20 a 21.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 201), 55,49 €
Professora: Georgina Jordana

TAI-TXI TXI KUNG 2N. NIVELL

Dijous, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 61,65 €
Professora: Eulàlia Embodas

TXI-KUNG

Dimecres, de 16.30 a 17.30 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 36,99 €
Professora: Georgina Jordana

Dimecres, de 17.30 a 19 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 55,49 €
Professora: Georgina Jordana

VISUALITZACIÓ CREATIVA PER A LA SALUT

Dimecres, d'11 a 12.30 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 65,34 €
Professora: Helena Broquetas



BALL SALÓ (cal parella)

Dilluns, de 19.30 a 20.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala d'actes /43), 51,30 €

Dilluns, de 20.30 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala d'actes /43), 51,30 €

Dimecres, de 20.30 a 21.30 h (9 s.)
Casinet (teatre), 51,30 €
Professor: Jordi Traver

Hi aprendràs els passos bàsics dels principals balls. Nosaltres t'ensenyarem el ball popular, els passos essencials perquè ballis sense problemes.
3r trimestre: salsa, merengue i bachata.



BALL SALÓ NIVELL 2 (cal parella)

Dilluns, de 21.30 a 22.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala d'actes /43),
51,30 €

Professor: Jordi Traver

BALLS LLATINS (no cal parella)

Dimarts, de 21 a 22 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala d'actes /43), 57 €
Dimecres, de 18.30 a 19.30 h (9 s.)
Casinet (teatre), 51,30 €

Dimecres, de 19.30 a 20.30 h (9 s.)
Casinet (teatre), 51,30 €
Professor: Jordi Traver

BALLS LLATINS 2n NIVELL (no cal parella)

Dimarts, de 20 a 21 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala d'actes /43), 57 €
Professor: Jordi Traver

BROADWAY-JAZZ

Dilluns, de 19.30 a 20.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 51,30 €
Professora: Silvia Vega

CAPOEIRA

Dilluns, de 19.30 a 21 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 76,95 €
Dimecres, de 19.30 a 21 h (9 s.)
Casinet (estudi), 76,95 €
Divendres, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (estudi), 85,50 €
Dissabte, de 12.15 a 13.45 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 85,50 €
Professor: Marcelo Araujo

Oferta: 3 tallers, 40% de descompte a cada taller (només en inscripcions presencials).

COREOGRAFIES "VIDEOCLIPS"

Dimarts, de 18.30 a 19.30 h (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 57 €
Professora: Carla López

DANSA CLÀSSICA NIVELL 3 (11-adult)

Divendres, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Casinet (estudi), 85,50 €
Professora: La Companyia



DANSA CLÀSSICA NIVELL INTERMEDI (11-adult)

Dimarts, de 18.30 a 19.45 h (10 s.)
Casinet (estudi), 71,25 €
Professora: La Companyia

Destinat a tots els que ja teniu uns coneixements bàsics de qualsevol tècnica de dansa.

DANSES AFRICANES

Dimarts, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 72,60 €
Professora: Marta Casado

Dimecres, de 21 a 22.30 h (9 s.)
Casinet (estudi), 65,34 €
Professora: Sandra Valent

DANSES BOLLYWOOD

Dilluns, de 20 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 13), 51,30 €
Professora: Laura Rodríguez

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 51,30 €
Professora: Luz Medina

DANSES ORIENTALS

Dimecres, de 18 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 51,30 €
Professora: Sonia Lucía Ignacio

DANSES POLINÈSIES

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 51,30 €
Professora: Covadonga Viñas

FLAMENC

Dilluns, de 18.45 a 20.15 h (9 s.), 76,95 €
Organització i lloc: Associació Cultural Farré

FUNKY & JAZZ

Dilluns, de 20.30 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres (altell), 43,56 €
Professora: Silvia Vega

Dijous, de 20 a 21 h (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 48,40 €
Professora: Carla López

GÒSPEL

Dilluns, de 19.30 a 21 h (9 s.), 76,95 €
Organització i lloc: Associació Cultural Farré

LINDYHOP (SWING: cal parella)

Dimecres, de 21.30 a 22.30 h (9 s.)
Casinet (teatre), 51,30 €
Professors: Fermí Naudí i Odina Macias In Out

LINE DANCE-BALL COUNTRY

NIVELL 0
Dilluns, de 18.30 a 19.30 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 51,30 €
Professor: Xavier Colomer

NIVELL 1
Dimarts, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 85,50 €

NIVELL 2
Dimarts, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 85,50 €
Professora: Belén Márquez



SALSA, BALLS LLATINS I SALÓ (cal parella)

Divendres, de 20.30 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 57 €
Professora: Ana Maria Pérez

SEVILLANES I RUMBES

Divendres, de 18.30 a 19.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 57 €
Professora: Ana Maria Pérez

SEVILLANES I RUMBES NIVELL 2

Divendres, de 19.30 a 20.30 h (10 s.)
Casinet (sala 04), 57 €
Professora: Ana Maria Pérez

Si ja saps ballar sevillanes, és hora d'anar un pas més enllà. Aprèn a ballar-les amb la faldilla, el vano, el mantó, el barret... Les ballarem en parella, individualment, en grup... Totes les variacions per passar-ho d'allò més bé.

SEXY STYLE

Dimarts, de 19.30 a 20.30 h (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 57 €
Professora: Carla López

TEATRE PER ADULTS

Dimarts, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment), 85,50 €
Dimarts, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala d'actes /43), 85,50 €
Professor: Tot Arts Teatre

No cal experiència prèvia.

ZUMBA DANCE

Dilluns, de 12 a 13 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 51,30 €
Professora: Nur Adriana Pinto

Dilluns, de 20 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
51,30 €

Dilluns, de 21 a 22 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
51,30 €

Professora: Lidia Mata

Dimecres, de 19 a 20 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 51,30 €
Professora: Covadonga Viñas

Dimecres, de 10 a 11 h (9 s.)
Casinet (sala 04), 51,30 €
Professora: Silvia Girlanda

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 23 / moviment),
51,30 €

Professora: Lorena Hernández

Dijous, de 18.15 a 19.15 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €

Dijous, de 19.15 a 20.15 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €

Professora: Mariana Valentina Pantoja

Dimarts, de 17.30 a 18.30 h (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 57 €

Divendres, de 17.30 a 18.30 h
(10 s.)

Cotxeres (altell), 57 €

Divendres, de 18.30 a 19.30 h
(10 s.)

Cotxeres (altell), 57 €

Professor: Ginés Rubio

Cal portar roba còmoda, vambes i aigua.

INSTRUMENTS INICIACIÓ

Grups reduïts

HARMÒNICA DIATÒNICA (JAZZ BLUES)

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.),
112,50 €
Organització i lloc: Associació Cultural Farré

INICIACIÓ A LA GUITARRA (3r trimestre)

Dilluns, de 18.30 a 19.30 h (9 s.),
112,50 €

Dimecres, de 19 a 20 h (9 s.),
112,50 €

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.),
112,50 €

Organització i lloc: Associació Cultural Farré

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.),
112,50 €

Organització i lloc: Diesi Escola de Música

INICIACIÓ AL CANT MODERN (16 a 25 anys)

Dilluns, de 17 a 18 h (9 s.), 112,50 €
Organització i lloc: Diesi Escola de Música

INICIACIÓ AL CANT SOLISTA

Dilluns, de 20 a 21 h (9 s.), 112,50 €
Organització i lloc: Associació Cultural Farré

INICIACIÓ AL TECLAT (3r trimestre)

Dimarts, de 19.30 a 20.30 h
(10 s.), 125,00 €
Organització i lloc: Diesi Escola de Música

INICIACIÓ AL TECLAT (CLÀSSIC)

Dimarts, de 18 a 19 h (10 s.),
125,00 €

Dimarts, de 19 a 20 h (10 s.),
125,00 €

Dimarts, de 20 a 21 h (10 s.),
125,00 €

Dijous, de 19 a 20 h (10 s.),
125,00 €

Dijous, de 20 a 21 h (10 s.),
125,00 €

Divendres, de 17 a 18 h (10 s.),
125,00 €

Divendres, de 18.30 a 19.30 h
(10 s.), 125,00 €

Organització i lloc: Associació Cultural Farré

INICIACIÓ AL VIOLÍ (3r trimestre)

Dijous, de 20 a 21 h (10 s.),
125,00 €

Organització i lloc: Diesi Escola de Música

SARDANES AL BARRI

Divendres, de 19 a 20 h
Sala Nova de Sant Medir
C/ Constitució, 17
*Professors: Colla Sardanista
Joan Francesc Rubio de Sants*
Taller gratuït. Més informació
al 934 212 610, Teresa

Els materials dels tallers de plàstica van a càrrec de l'alumnat.

CERÀMICA

Dilluns, de 19 a 21 h (9 s.), 73,98 €

Dimarts, de 19 a 21 h (10 s.),
82,20 €

Dimecres, de 19 a 21 h (9 s.),
73,98 €

Dijous, de 19 a 21 h (10 s.), 82,20 €

Professora: Rosa Muñoz

Taller amb complement de 34 € que s'abonarà a la professora.



CREATIVITAT I (treballar amb paper)

Dilluns, de 19 a 20.30 h (9 s.),
55,49 €

Organització i lloc: Mexcat

DIBUIX CREATIU- TÈCNICQUES D'IL·LUSTRACIÓ

Dimarts, de 17 a 18.30 h (10 s.),
61,65 €

Organització i lloc: Mexcat

INICIACIÓ AL DIBUIX

Dijous, d'11.30 a 13.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €

Professora: Mariona Sánchez

Dijous, de 18.30 a 20.30 h (10 s.),
82,20 €

Organització i lloc: Casal Artesà

DIBUIX I PINTURA

Dilluns, de 12 a 14 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 73,98 €
Dilluns, de 10 a 12 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 73,98 €
Dimarts, de 10 a 12 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Dimarts, de 19 a 21 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Dimecres, de 19 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 73,98 €
Professora: Carme Turón

En aquests 4 tallers de la Carme Turón podeu aconseguir un 30% de descompte si us hi apunteu a dos dies.

Dilluns, de 19 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 73,98 €
Professora: Susana Jiménez

Dimarts, de 17 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Dijous, de 17 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Dijous, de 19 a 21 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Divendres, de 10 a 12 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Professora: Ana Maria Bafalluy

Dimarts, de 18.30 a 20.30 h (10 s.),
82,20 €
Organització i lloc: Casal Artesà

Dimecres, de 9.30 a 11.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 73,98 €
Dijous, de 9.30 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 82,20 €
Professora: Mariona Sánchez

En aquests 2 tallers de la Mariona Sánchez podeu aconseguir un 30% de descompte si us hi apunteu els dos dies.

DIBUIX: INTRODUCCIÓ A L'AQUAREL·LA

Dimarts, de 19 a 20.30 h (10 s.),
61,65 €
Organització i lloc: Mexcat

DIBUIX: LA FIGURA HUMANA

Dilluns, de 17 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 42), 73,98 €
Professora: Susana Jiménez

ESMALTS

Dimecres, de 10.30 a 12.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 73,98 €
Dimecres, de 17 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 73,98 €
Professora: Anna Andrés

Complement de 30 € que s'abonarà a la professora.

FELTRE ARTESANAL

Dilluns, de 19 a 21 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 87,12 €
Professora: Emilia Julian

INICIACIÓ AL GANXET

Dimarts, de 18.15 a 19.15 h
(10 s.), 57 €
Organització i lloc: Casal Artesà

INICIACIÓ AL MODELISME

Divendres, de 17 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 96,80 €
Professor: Enric Mascaró

Complement de 49,97 € que s'abonarà al professor. La fotografia és la maqueta que es farà al taller.



JOIES DE VIDRE

Dijous, de 19.30 a 21.30 h (10 s.)
Casinet (sala 02), 96,80 €
Professora: Aïda Navarro

LACA JAPONESA

Dimecres, de 19 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 73,98 €
Professora: Anna Andrés

Complement de 12 € que s'abonarà a la professora.

PATCHWORK

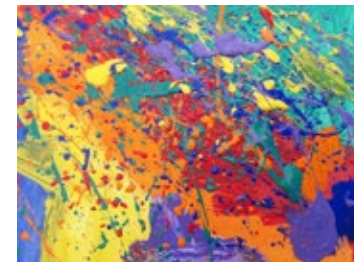
Dilluns, de 10 a 12 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 87,12 €
Dimarts, de 10 a 12 h (10 s.)
Casinet (sala 02), 96,80 €
Dijous, de 10 a 12 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 96,80 €
Dijous, de 17.30 a 19.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 96,80 €
Dijous, de 19.30 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 96,80 €
Professora: Montserrat Andrés

El primer dia cal portar regles, llapis i llapis de color.



PINTURA EXPERIMENTAL I CREATIVA

Dimarts, de 19.30 a 21.15 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 84,70 €
Professora: Susana Jiménez



VITRALLS I LÀMPADES TIFFANY

Dimecres, de 18 a 20 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 87,12 €
Dimecres, de 20 a 21.30 h (9 s.)
Casinet (sala 02), 65,34 €
Professora: Aïda Navarro



L'ALQUÍMIA DE LES LLETRES (EINES PER ESCRIURE)

Dimecres, de 19 a 20.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 65,34 €
Professor: Lluís Rueda

Taller per dominar eines per construir un conte o una novel·la a partir de l'aplicació de tècniques senzilles i originals esquemes de treball. Un curs ideal per potenciar les nostres aptituds, l'esperit crític i dir adéu a la por al full en blanc.

ARQUEOLOGIA I BIBLIOTEQUES DE L'ANTIGUITAT

Dijous, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 72,60 €
Professora: Tròpic De Capricorní

De les biblioteques de l'antiga Mesopotàmia a les biblioteques dels filòsofs grecs i romans, o les islàmiques i medievals, la humanitat ens ha deixat al llarg de la seva història, un llegat cultural i arqueològic excepcional: uns espais de saviesa i consulta que, a través de manuscrits, rotlles, papirs, tauletes o llibres impresos -i amb o sense sales de lectura-, es convertiren en llocs dipositaris d'arxius imperials, escriptures sagrades, o fins i tot de fonts literàries, astronòmiques i de cròniques, entre d'altres. Des de la mirada de l'arqueologia, en parlarem d'algunes d'elles i dels seus documents.



ARQUEOLOGIA: RERE LES PASSES DE L'HOMO SAPIENS

Dijous, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 72,60 €
Professora: Tròpic De Capricorní

Qui som els Homo sapiens? D'on venim? Quin és l'origen de la humanitat actual? Des que Linné assignà el nom d'Homo sapiens a la nostra espècie, no hem deixat de preguntar-nos què és el que ens diferencia de la resta d'animals i ens fa ser humans. Però, què ens en diu l'arqueologia? Quan van aparèixer els primers sapiens anatòmicament moderns? Ens endinsarem en el registre fòssil i arqueològic, i d'acord amb les principals teories i hipòtesis ressegüim les seves passes fins la seva dispersió biològica i cultural arreu del món.

ASTRONOMIA: L'ORIGEN DE L'UNIVERS

Dijous, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 72,60 €
Professor: Marc Boqué

Un viatge introductor i als misteris de l'univers que al llarg dels segles ha estat observat per l'home amb fascinació. La primera part d'aquest curs serà un viatge per aquest cosmos que a poc a poc anem coneixent i que ens ofereix belles imatges del sistema solar, les galàxies o la formació dels estels. La segona part vindrà de la mà d'aquelles preguntes ben difícils de respondre però que tots ens hem fet alguna vegada: quina forma té l'univers? És finit o infinit? Com va començar? Una invitació, doncs, a conèixer una mica millor aquest cosmos que també és la nostra llar.



BARCELONA, CIUTAT LITERÀRIA

Dimecres, de 18 a 19 h (9 s.)
Casinet (sala 01), 43,56 €
Professora: Covadonga Viñas

La ciutat de Barcelona és protagonista de nombroses novel·les. Durant cada trimestre llegirem tres novel·les lligades a la ciutat i veurem com aquesta es converteix en un personatge més de cadascuna de les trames. A través de l'anàlisi de l'acció que té lloc en cadascuna de les novel·les veurem com la ciutat adquireix una rellevància especial i descobrirem part de la seva història i de la seva evolució a través de les diferents lectures.



EL MÓN LITERARI DEL SEGLE XX

Dilluns, de 19 a 20.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 203), 65,34 €
Professor: Josep López

En aquest taller es farà un recorregut per conèixer, estudiar i analitzar l'obra dels grans autors i autores que han estat referents en el món literari dels segles XIX i XX.

HISTÒRIA DEL CINEMA I CRÍTICA CINEMATogrÀFICA

Dilluns, de 18.30 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 65,34 €
Professor: Lluís Rueda

A tots ens agrada el cinema, però cal entendre'n els codis i el llenguatge. Acompanya'ns a un viatge pels misteris del setè art en un taller que repassa la història essencial del cinema i ens dona les claus per entendre i escriure sobre les pel·lícules que en formen part.

HISTÒRIA I ART: EL RENAIXEMENT ITALIÀ I LA TRANSFORMACIÓ D'EUROPA

Divendres, de 10 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 72,60 €
Professor: Jesús Oliver

A la Itàlia del segle XV es va generar un moviment cultural que s'identificava amb la Roma imperial i la Grècia clàssica, i que va cercar en aquell passat llunyà els fonaments que transformarien l'art, l'arquitectura, el pensament urbanístic i, també, la societat i la política d'Occident.

HISTÒRIA I ART: LA MODERNITAT A TRAVÉS DE L'ART

Dijous, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 72,60 €
Professor: Jesús Oliver

Elevats sobre el progrés tecnològic i les llibertats assolides per la burgesia, els artistes van esdevenir els capdavanters de la modernitat, tot obrint-nos noves finestres per a observar l'entorn, valorar i aprendre de les cultures llunyanes en el temps i en l'espai, i somniar el futur.

ALEMANY NIVELL 0 (3r trimestre)

Dijous, de 9.30 a 11 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Professora: Laia Fanlo

ALEMANY NIVELL 1 (3r trimestre)

Dilluns, de 19.30 a 21 h (9 s.)
Barrufet (aula 219), 55,49 €
Professora: Esther Blasco

ANGLÈS PER VIATJAR NIVELL 0 (3r trimestre)

Dimecres, de 17 a 18 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 36,99 €
Professora: Patricia Llana



ANGLÈS PER VIATJAR NIVELL 1 (3r trimestre)

Dimecres, de 18 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 36,99 €
Professora: Patricia Llana

ANGLÈS PER A VIATJAR EXPRES (trimestral)

Dimecres, de 20 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 36,99 €
Professora: Patricia Llana

Aquest curs us ofereix aprendre les expressions bàsiques i el vocabulari útil i quotidià per poder preguntar el camí, demanar un cafè, etc. i mantenir un diàleg bàsic.

ANGLÈS DE SUPERVIVÈNCIA

Si no et veus amb cor de posar-te a estudiar tota la gramàtica de l'anglès i no vols que els més joves et passin la mà per la cara, aquest curs t'ofereix l'oportunitat d'aprendre les expressions bàsiques i el vocabulari útil i quotidià per poder preguntar el camí, demanar un cafè i mantenir un diàleg bàsic d'anglès per moure's pel món.

ANGLÈS SUPERVIVÈNCIA NIVELL 0 (3r trimestre)

Dilluns, de 17.30 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 55,49 €
Dijous, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 61,65 €
Professora: Patricia Llana

Dilluns, de 18 a 19.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 219), 55,49 €
Professora: Esther Blasco

Dijous, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 61,65 €
Professora: Laura Márquez

Dimarts, de 18 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 21), 41,10 €
Dijous, de 18 a 19 h (10 s.)
Barrufet (aula 206), 41,10 €
Professora: Marina Pairet

Dimecres, de 10 a 11 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 36,99 €
Dimecres, de 18.45 a 19.45 h (9 s.)
Cotxeres-Masia (sala b), 36,99 €
Professora: Eliana Andrea Usaralde

Dimecres, de 9.30 a 11 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Professora: Isabel Howlett

ANGLÈS SUPERVIVÈNCIA NIVELL 1 (3r trimestre)

Dilluns, de 20.30 a 21.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 206), 36,99 €
Professora: Eliana Andrea Usaralde

Dimarts, d'11 a 12.30 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 61,65 €
Dimarts, de 12.30 a 13.45 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 51,38 €
Professora: Laura Márquez

Dimarts, de 17.30 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 61,65 €
Professora: Isabel Howlett

Dijous, de 17.30 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 61,65 €
Professora: Patricia Llana

Dijous, de 19 a 20 h (10 s.)
Barrufet (aula 206), 41,10 €
Professora: Marina Pairet

ANGLÈS SUPERVIVÈNCIA NIVELL 2 (3r trimestre)

Dilluns, de 19 a 20.30 h (9 s.)
Barrufet (aula 206), 55,49 €
Dimarts, de 18.30 a 19.30 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 41,10 €
Professora: Eliana Andrea Usaralde

Dimarts, de 20 a 21 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 21), 41,10 €
Professora: Marina Pairet



ANGLÈS SUPERV NIVELL 3 (3r trimestre)

Dimarts, de 9.30 a 11 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 61,65 €
Professora: Laura Márquez

ANGLÈS NIVELL 0 (3r trimestre)

Dimarts i dijous, de 19 a 20 h (20 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 82,20 €
Professor: Victor E. Petersen

ANGLÈS NIVELL 1 (3r trimestre)

Dimarts i dijous, de 18 a 19 h (20 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 82,20 €
Professor: Victor E. Petersen

ANGLÈS NIVELL 2 (3r trimestre)

Dimarts i dijous, de 17 a 18 h (20 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 82,20 €
Professor: Victor E. Petersen

Els llibres del professor Víctor Petersen tenen un cost aproximat de 35 € per als tres trimestres.

ANGLÈS REPÀS PREINTERMEDIATE NIVELL 1 (3r trimestre)

Dilluns i dimecres, de 12.30 a 13.30 h (18 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 73,98 €
Professora: Rosana Wolfson

ANGLÈS REPÀS PREINTERMEDIATE NIVELL 2 (3r trimestre)

Dilluns i dimecres, de 9.30 a 10.30 h (18 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 73,98 €
Professora: Rosana Wolfson

ANGLÈS REPÀS INTERMEDIATE NIVELL 1 (3r trimestre)

Dilluns i dimecres, d'11.30 a 12.30 h (18 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 73,98 €
Professora: Rosana Wolfson

ANGLÈS REPÀS INTERMEDIATE NIVELL 2 (3r trimestre)

Dilluns i dimecres, de 10.30 a 11.30 h (18 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 73,98 €
Professora: Rosana Wolfson

ANGLÈS REPÀS INTERMEDIATE NIVELL 3 (3r trimestre)

Dilluns i dimecres, de 20 a 21 h (18 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 73,98 €
Professora: Rosana Wolfson

ANGLÈS CONVERSA BÀSICA (cal coneixements)

Dijous, de 10 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 61,65 €
Dijous, de 20 a 21 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 41,10 €
Professora: Patricia Llaneza



Dimecres, de 14.30 a 15.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 36,99 €
Professora: Isabel Howlett

Dimarts, de 17 a 18.30 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 61,65 €
Professora: Eliana Andrea Usaralde

Dimecres, de 17 a 18.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Professora: Rosana Wolfson

ANGLÈS CONVERSA INTERMÈDIA

Dilluns, de 17 a 18.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Dimarts, de 12 a 13.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Dimecres, de 18.30 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Professora: Rosana Wolfson

Dilluns, de 18 a 19 h (9 s.)
Barrufet (aula 206), 36,99 €
Professora: Eliana Andrea Usaralde

Dimarts, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 61,65 €
Dijous, de 19 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 41,10 €
Professora: Patricia Llaneza

Dimecres, d'11 a 12.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Dijous, de 14.30 a 15.30 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 41,10 €
Professora: Isabel Howlett

ANGLÈS CONVERSA AVANÇADA

Dilluns, de 19 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 36,99 €
Dimarts, de 10 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 25), 61,65 €
Dimecres, de 19 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 36,99 €
Professora: Patricia Llaneza

Dilluns, de 18.30 a 20 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Dimarts, de 10.30 a 12 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Professora: Rosana Wolfson

Dijous, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 61,65 €
Professora: Isabel Howlett

ANGLÈS SING & LEARN ENGLISH (cal coneixements)

Dimecres, de 19.45 a 20.45 h (9 s.)
Cotxeres-Masia (sala b), 36,99 €
Professora: Eliana Andrea Usaralde

A través de cançons apren anglès d'una manera divertida i millora la teva comprensió auditiva. No importa que no sàpigues cantar. Analtzarem cada cançó en el seu context històric. Després entendrem la totalitat de la lletra i analitzarem el significat de la cançó. I finalment, farem un repàs gramatical per consolidar tot el que hem après.

ANGLÈS BOOK CLUB

Dimarts, de 19 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 21), 41,10 €
Professora: Marina Pairet

Cal un bon nivell d'anglès i fluïdesa (B2).

ANGLÈS: ESTIMULEM LA MEMÒRIA

Dijous, d'11.15 a 12.45 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Professora: Laia Fanlo

Aquest taller va dirigit a persones adultes que vulguin estimular la memòria d'una manera lúdica i diferent ja que la llengua amb què ens comunicarem serà l'anglès.

Cal tenir un nivell d'anglès mitjà.

FRANCÈS NIVELL 0 (3r trimestre)

Dilluns, de 19.45 a 21 h (9 s.)
Barrufet (aula 205), 46,24 €
Dimarts, de 10 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 61,65 €
Dijous, de 19.30 a 21 h (10 s.)
Barrufet (aula 205), 61,65 €
Divendres, de 18 a 19 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 41,10 €
Professora: Nathalie Giacomelli

FRANCÈS NIVELL 1 (3r trimestre)

Dimarts, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 61,65 €
Professora: Nathalie Giacomelli

FRANCÈS NIVELL 1 REFRESQUEM (3r trimestre)

Dimarts, de 17 a 18.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Professor: Karim Alami

FRANCÈS NIVELL 2 (3r trimestre)

Dilluns, de 9.30 a 11 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 55,49 €
Dilluns, de 18.30 a 19.45 h (9 s.)
Barrufet (aula 205), 46,24 €
Professora: Nathalie Giacomelli

FRANCÈS NIVELL 2 I CONVERSA (3r trimestre)

Dimarts, de 20 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Professor: Karim Alami

FRANCÈS CONVERSA BÀSICA (Cal coneixements)

Dilluns, d'11 a 12 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 36,99 €
Divendres, de 19 a 20.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 34), 61,65 €
Professora: Nathalie Giacomelli

FRANCÈS CONVERSA INTERMÈDIA

Dimarts, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 61,65 €
Professor: Karim Alami

Dijous, de 18 a 19.30 h (10 s.)
Barrufet (aula 205), 61,65 €
Professora: Nathalie Giacomelli

ITALIÀ NIVELL 0 (3r trimestre)

Dilluns, d'11.30 a 13 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 55,49 €
Dilluns, de 19.45 a 21.15 h (9 s.)
Barrufet (aula 202), 55,49 €
Dimarts, de 19.30 a 21 h (10 s.)
Casinet (sala 02), 61,65 €
Professora: Lucia Patarca

ITALIÀ NIVELL 1 (3r trimestre)

Dilluns, de 10 a 11.30 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 55,49 €
Dijous, de 18 a 19.30 h (10 s.)
Barrufet (aula 202), 61,65 €
Professora: Lucia Patarca

ITALIÀ NIVELL 2 (3r trimestre)

Dimecres, de 20 a 21.30 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 55,49 €
Professora: Lucia Patarca

ITALIÀ A TRAVÉS DE LES REGIONS (conversa bàsica i repàs gramatical)

Dijous, de 19.30 a 21 h (10 s.)
Barrufet (aula 202), 61,65 €
Professora: Lucia Patarca



ITALIÀ A TRAVÉS DE LES REGIONS (conversa intermèdia i repàs gramatical)

Dilluns, de 18.15 a 19.45 h (9 s.)
Barrufet (aula 202), 55,49 €
Professora: Lucia Patarca

ITALIÀ: PARLIAMO DI CINEMA ITALIANO

Dimarts, de 18 a 19.30 h (10 s.)
Casinet (sala 02), 61,65 €
Professora: Lucia Patarca

LLENGUA CATALANA

**Consorci per a la Normalització
Lingüística – CNL de Barcelona**
c. de Guitard, 17, tel. 934 912 797

Parelles lingüístiques – Parlem
CAL de Sants, Hostafrancs i la
Bordeta
c. d'Olzinelles, 30, tel. 933 311 007

Grups de conversa – Xerrem
CAL Nacional
c. d'Olzinelles, 118, tel. 934 159 002

Els tallers de cuina tenen un suplement que s'abonarà al professorat (l'import aproximat serà de 30/40€, menys els de 4 s.) o bé la persona participant aportarà els ingredients d'allò que cuinarà i després s'emportarà el plat a casa.

Abans de començar el taller, informeu si patiu al·lèrgies o intoleràncies alimentàries.

CUINA DELS ARROSSOS

Dimecres, de 17.30 a 19.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
87,12 €
Professora: Begoña Trujillo



CUINA D'ESTIU

Dimecres, de 18 a 20.30 h N
(4 s.), 48,40 €
Organització i lloc: Casal Artesà
Inici: 8 de maig

Enriquirem el receptari d'estiu sense ampliar les hores de cuina. Cuinem i tastem conjuntament.

Suplement per material 5 € aproximadament, que s'abonaran al professorat el primer dia de classe.

CUINA INICIACIÓ

Dimarts, de 17 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
87,12 €

Professora: Alicia Angelica Orellana

Inici: dimarts 9 d'abril

Dilluns, de 19 a 20.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
65,34 €

Professora: Escola De Cuina Eulàlia Fargas

CUINA ITALIANA EN ITALIÀ

Dilluns, de 20.30 a 22.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
87,12 €

Professora: Marta Pitet

Aprendrem nocions bàsiques d'italià, amb les mans a la massa!

CUINA DE MERCAT INICIACIÓ

Dimarts, de 9.30 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
96,80 €

Dimarts, d'11.30 a 13.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
96,80 €

Professora: Gemma Salvador

CUINA DE MERCAT

Dilluns, de 17 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
87,12 €

Professora: Escola De Cuina Eulàlia Fargas

Dimecres, de 10 a 12 h (9 s.),
87,12 €

Organització i lloc: Casal Artesà

CUINA DE MERCAT I PASTISSERIA SALUDABLE

Dimarts, de 19 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
87,12 €

Inici: dimarts 9 d'abril

Dimecres, de 10 a 12 h (8 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
77,44 €

Inici: dimecres 10 d'abril

Professora: Alicia Angelica Orellana



CUINA: DIPS I TAPES

Dijous, de 18 a 20 h (4 s.),
38,72 € (material no inclòs)

Organització i lloc: Casal Artesà

Inici: 25 d'abril

Dipejar o anar de tapes, dues coses que podem fer a casa per gaudir d'un sopar informal, sorprenent, amb família o amics.

Els dips és quan fem guacamole o qualsevol altre crema per menjar amb bastonets de verdura crua o triangles de blat. Es menja sucant-hi la verdura en la crema.

N

CUINA: PLATS DEL MÓN

Divendres, de 17.30 a 19.30 h (10 s.)

Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
96,80 €

Organització i lloc: Mexcat

Aprèn a preparar receptes de tot el món d'una manera fàcil i divertida.

CUINA DE PROXIMITAT

Dimecres, de 19.30 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
87,12 €

Professora: Begoña Trujillo

CUINA DEL MÓN

Dijous, de 17.30 a 19.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
96,80 €

Professora: Begoña Trujillo

CUINA: PASTISSERIA AMERICANA

Dijous, de 19.30 a 21.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 41 / cuina),
96,80 €

Professora: Begoña Trujillo



COSMÈTICA NATURAL

Dilluns, d'11.30 a 13 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 65,34 €

Professora: Rosa Ana Segura
Suplement de 10 € que s'abonarà a la professora.

COSTURA BÀSICA I PATRONATGE

Dimecres, d'11.30 a 13.30 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 87,12 €

Dimecres, de 16.30 a 18.30 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 87,12 €

Dimecres, de 18.30 a 20 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 65,34 €

Professora: Maria Núria Passada

El primer dia cal portar: tisores, fil, agulla, didal, roba per reciclar.

COSTURA: DISSENY I PATRONATGE BASIC

Dimecres, de 9.30 a 11.30 h (9 s.)
Casinet (sala 03), 87,12 €

Professora: Maria Núria Passada

El primer dia cal portar paper de patronatge, regla, llapis, tisores i cinta adhesiva.

ESCACS ADULTS (inici)

Dilluns, de 20 a 21 h (9 s.)
Casinet (sala 01), 51,30 €

Professor: Catalunya Escacs Club

ESCACS ADULTS (intermedi)

Dijous, de 19 a 20 h (10 s.)
Casinet (sala 01), 57 €

Professor: Catalunya Escacs Club

ESCACS ADULT (avançat)

Dijous, de 20 a 21 h (10 s.)
Casinet (sala 01), 57 €
Professor: Catalunya Escacs Club

HORT URBÀ A BALCONS I TERRATS

Dimarts, de 18.30 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-Masia (sala a), 72,60 €
Professora: Marta Pitet

JARDINERIA A CASA I TERRATS

Dimarts, de 17 a 18.30 h (10 s.)
Cotxeres-Masia (sala a), 72,60 €
Professora: Marta Pitet

RESTAURACIÓ DE MOBLES I PETITS OBJECTES

Dilluns, de 16.30 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 92,48 €
Dilluns, de 19 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 92,48 €
Professora: Amaya Sancha



TAST DE VI A CEGUES

Dilluns, de 19.15 a 20.45 h (6 s.)
Cotxeres-C (sala 21), 106,00 €
Professor: Vinus & Brindis
Inici: dilluns 29 d'abril
Suplement de 55 € pel material que s'abonarà al professor.

TAST DE VI: INICIACIÓ (3 s.)

Dimecres, de 19.30 a 21 h (3 s.)
Cotxeres-C (sala 21), 53,01 €
Professor: Vinus & Brindis
Inici: dimecres 3 d'abril
Suplement de 30 € pel material que s'abonarà al professor.

TAST DE VI: NIVELL INTERMEDI

Dimecres, de 19.30 a 21 h (6 s.)
Cotxeres-C (sala 21), 106,00 €
Professor: Vinus & Brindis
Inici: dimecres 8 de maig
Suplement de 55 € pel material que s'abonarà al professor.

INFORMÀTICA INICIACIÓ

Dijous, de 17.15 a 18.45 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 72,60 €
Professor: Arnau Castellví

Veus com cada dia l'ús del ordinador és més necessari? Tens fotos a la càmera i voldries passar-les a l'ordinador per poder veure-les? Aquí aprendràs a organitzar les carpetes, controlar bé el teclat i el ratolí. T'aproparem a l'ordinador d'una manera fàcil i divertida.

INFORMÀTICA PROGRAMES BÀSICS

Dimarts, de 18.45 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 60,50 €
Professor: Arnau Castellví

Divendres, de 9.30 a 11.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 96,80 €
Professor: Daniel Vidal

Saps una mica com funciona l'ordinador però voldries aprofundir-hi més? Aquí aprendràs a escriure una carta, fer ús del full de càlcul, instal·lar un antivirus, organitzar les fotografies i fer ús dels programes més utilitzats a la informàtica diària.

INFORMÀTICA INTERNET

Dimecres, de 9.30 a 11.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 87,12 €
Dijous, de 18.45 a 20 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 60,50 €
Professor: Arnau Castellví

Vols navegar per la xarxa? Aquí t'ensenyarem a fer-ho amb seguretat. Orientat a persones amb un coneixement bàsic de l'ordinador. Dominarem la navegació, la recerca i l'ús del correu electrònic. També visitarem les webs més famoses de la xarxa i guairem d'un passeig digital.

CÀMERA DIGITAL: PROJECTE FOTOGRÀFIC (cal coneixements)

Dilluns, de 20.15 a 21.30 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 24), 64,13 €
Dijous, de 18 a 20 h (10 s.)
Casinet (sala 03), 114,00 €
Dissabte, de 10.30 a 12 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 85,50 €
Professor: Daniel Vidal

El curs inclou una sortida fotogràfica.



CÀMERA DIGITAL REFLEX NIVELL 2 COMPOSICIÓ

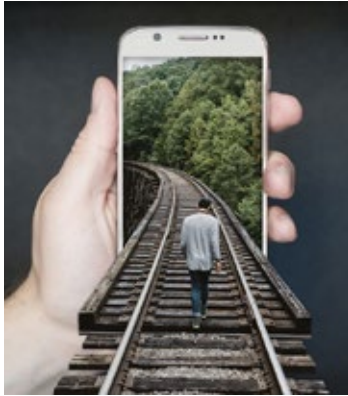
Dimecres, de 19 a 21 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica), 102,60 €
Professor: Daniel Vidal

Cal tenir uns coneixements de fotografia bàsica o haver fet un dels cursos d'inici.

**PHOTOSHOP:
FOTOMUNTATGE
(cal coneixements)**

Dilluns, de 17.45 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
64,13 €

Professor: Daniel Vidal



**PHOTOSHOP:
REVELAT DIGITAL
(cal coneixements)**

Dilluns, de 19 a 20.15 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
64,13 €

Professor: Daniel Vidal

**PHOTOSHOP:
MANUALITATS
(cal coneixements)**

Dimecres, de 17.30 a 19 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
76,95 €

Professor: Daniel Vidal



**TREU PROFIT DEL
MÒBIL/TAULETA**

Dilluns, d'11.30 a 13 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
65,34 €

Divendres, d'11.30 a 13 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
72,60 €

Professor: Daniel Vidal

Dimarts, de 17.15 a 18.45 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
72,60 €

Dimecres, d'11.30 a 13 h (9 s.)
Cotxeres-C (sala 35 / informàtica),
65,34 €

Professor: Arnau Castellví



ANGLÈS INFANTIL

Dimecres, de 17 a 18 h (6-8
anys) (9 s.), 51,30 €

Dimarts, de 18 a 19 h (9-11
anys) (10 s.), 57 €

Dimecres, de 18 a 19 h (12-14
anys) (9 s.), 51,30 €

Lloc: Castellers de Sants

Professora: Laura Márquez

**ANGLÈS INFANTIL:
CONTACONTES**

Dimarts, de 17 a 18 h (3-6 anys)
(10 s.), 57 €

Lloc: Castellers de Sants

Professora: Laura Márquez



**CERÀMICA INFANTIL
(+ 5 anys)**

Dimarts, de 17.30 a 19 h (10 s.),
85,50 €

Dijous, de 17.30 a 19 h (10 s.),
85,50 €

Lloc: Escola de ceràmica Lluna de
Fang

Professora: Rosa Muñoz

Complement de 34 € que s'abonarà
a la professora.

**CUINA PER NENS
I NENES: CUINEM PER
SOPAR (6-11 anys)**

Divendres, de 17.30 a 19.30 h
(6 s.), 58,08 €

Organització i lloc: Casal Artesà

Inici: 5 d'abril

Monogràfic de cuina per a nens i nenes
de 6 a 11 anys que vulguin començar a
cuinar. Cada dia farem una recepta que
podreu prendre en família.

Cal portar davantal i carmanyola.
Suplement per material 4 € aproxi-
madament, que s'abonaran al pro-
fessorat el primer dia de classe.



DANSA CLÀSSICA INFANTIL

Dilluns, de 17 a 17.45 h
(6-11 anys) nivell 0 (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 32,67 €

Dilluns, de 17.45 a 18.45 h
(9-12 anys) nivell 2 (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 43,56 €

Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
(8-15 anys) nivell 3 (10 s.)
Casinet (estudi), 48,40 €

Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
(8-10 anys) nivell 1 (9 s.)
Casinet (estudi), 43,56 €

Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
(9-13 anys) nivell 2 (9 s.)
Casinet (estudi), 43,56 €
Dijous, de 17.30 a 18.30 h
(9-15 anys) nivell 3 (10 s.)
Casinet (estudi), 48,40 €
Professora: La Companyia

Dilluns, de 16.45 a 17.30 h
(4-5 anys) nivell 0 (9 s.)
Casinet (estudi), 32,67 €

Dilluns, de 17.30 a 18.15 h
(6-9 anys) nivell 1 (9 s.)
Casinet (estudi), 32,67 €

Dilluns, de 18.15 a 19.15 h
(8-11 anys) nivell 2 (9 s.)
Casinet (estudi), 43,56 €

Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
(4-5 anys) nivell 0 (10 s.)
Casinet (sala 04), 48,40 €

Dijous, de 17.45 a 18.45 h
(11-15 anys) nivell 2 (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 48,40 €

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
(8-10 anys) nivell 1 (9 s.)
Casinet (sala 04), 43,56 €
Professora: Marina Verdaguer

Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
(8-11 anys) nivell 2 (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal), 43,56 €

Dimecres, de 18.30 a 19.45 h
(12-16 anys) nivell 3 (9 s.)
Esbart Ciutat Comtal), 54,45 €

Divendres, de 17.45 a 18.30 h
(6-8 anys) nivell 1 (10 s.)
Casinet (estudi), 36,30 €
Professora: Marina Verdaguer



DANSA CLÀSSICA PERFECCIONAMENT TÈCNIC

Divendres, de 17.30 a 18.30 h
(10-16 anys) (10 s.)
Casinet (sala 04), 48,40 €
Professora: La Companyia

Per accedir a aquest taller és necessari tenir un nivell intermedi de dansa clàssica.

DANSA: BUSCANT A "BILLY ELLIOT" (7-9 anys) nivell 1

Dijous, de 17 a 17.45 h (10 s.)
Esbart Ciutat Comtal, 36,30 €
Professora: La Companyia

Desenvoluparem la força, la forma física i la imaginació del ballari o ballarina.

ESCACS INFANTIL INICIACIÓ

Dilluns, de 18 a 19 h (9 s.)
Casinet (sala 01), 51,30 €

Dijous, de 18 a 19 h (10 s.)
Casinet (sala 01), 57 €
Professora: Catalunya Escacs Club

ESCACS INFANTIL MITJÀ

Dimarts, de 18 a 19 h (10 s.)
Casinet (sala 01), 57 €
Professora: Catalunya Escacs Club

ESCACS INFANTIL COMPETICIÓ

Dilluns, de 19 a 20 h (9 s.)
Casinet (sala 01), 51,30 €
Professora: Catalunya Escacs Club

INICIACIÓ A LA GUITARRA (7-12 anys)

Dijous, de 17.30 a 18.30 h (10 s.),
125,00 €
Organització i lloc: Associació Cultural Farré

ZUMBA KIDS (7-11 anys)

Dijous, de 17 a 18 h (10 s.)
Cotxeres (altell), 57 €
Professora: Mariana Valentina Pantoja

Cal portar roba còmoda, vambes i aigua.

ROBÒTICA EDUCATIVA LEGO (6-9 anys) (3r trimestre)

Dimarts, de 17.30 a 18.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 57 €
Professora: Creatic Academy, SL.

Per inscriure's s'ha d'haver assistit als anteriors trimestres. Les inscripcions només es poden fer presencialment.

ROBÒTICA EDUCATIVA LEGO (9-12 anys) (3r trimestre)

Dimarts, de 18.30 a 19.30 h (10 s.)
Cotxeres-C (sala 32), 57 €
Professora: Creatic Academy, SL.

Per inscriure's s'ha d'haver assistit als anteriors trimestres. Les inscripcions a aquest taller només es poden fer presencialment.



En aquests tallers s'ha d'inscriure l'adult.

El preu inclou un adult i un infant. En el cas de bessons inclou l'adult i els infants.

DANSA CREATIVA, MOVIMENT EN FAMÍLIA (2-6 anys)

Dissabte, d'11 a 12 h (10 s.)

Casinet (sala 04), 57 €

Professor: Tata Inti

Taller vivencial i creatiu per a famílies on compartirem amb els nostres infants l'aventura de ballar des de la llibertat del moviment, les tècniques expressives, el joc, el respecte i la creativitat. Proposta lúdica on descobrim nous territoris corporals i compartir aventures imaginades. El cos ens ajuda a comunicar-nos i expressar-nos des d'un altre lloc, més enllà de la paraula. Un espai segur on a través del joc, la música i la dansa ens endinsarem en un viatge creatiu compartit, un viatge ric, sincer, proper, relaxat i emotiu.

EXERCICIS DE RECUPERACIÓ POSTPART

Dimarts, de 10 a 11 h (10 s.)

Cotxeres-C (sala d'actes /43), 57 €

Dimarts, de 12 a 13 h (10 s.)

Cotxeres-C (sala d'actes /43), 57 €

Professora: Mamifit

S. d'activitat física especialitzades en la recuperació del cos de la dona després del part. Es treballa la zona abdominal, juntament amb la tonificació de la musculatura i la resistència cardiopulmonar. S. dinàmiques i divertides a partir de la 6a setmana després del part, per compartir amb altres mares i el més important, pots venir amb el teu nadó!

IOGA AMB FAMÍLIA (1-3 anys)

Dilluns, de 17 a 18 h (9 s.)

Cotxeres-C (sala d'actes /43), 51,30 €

Professor: Tata Inti

Experimentarem plegats el gaudi d'explorar. Viurem l'experiència del ioga des d'un punt de vista sensitiu, en consonància amb les necessitats dels bebès d'aquesta edat. Cantarem cançons, escoltarem el silenci i com a adults, serem el millor acompanyament per a aquells que comencen a sentir el goig de caminar i ser més autònoms en els seus moviments.



IOGA AMB FAMÍLIA (3-6 ANYS)

Dilluns, de 18 a 19 h (9 s.)

Cotxeres-C (sala d'actes /43), 51,30 €

Professor: Tata Inti

Viurem l'experiència del ioga des del joc i la creativitat. Construïrem postures i cançons que ens ajudaran a entendre millor què és la calma i com em fa sentir. Aprendre a diferenciar els tipus de respiració que podem fer amb el nostre cos i ens apropiarem a l'altre des del respecte i la comprensió. I per entendre millor alguns conceptes més amplis, l'ajuda del conte, que ens abraça i ens obre l'imaginari a la meravellosa diversitat que configura el nostre món.

MÚSICA JOC I MOVIMENT (1-3 anys)

Dimarts, de 17.15 a 18.15 h (10 s.)

Cotxeres-C (sala d'actes /43), 57 €

Dissabte, d'11.30 a 12.30 h (10 s.)

Cotxeres-C (sala 23) 57 €

Professor: Tata Inti

La música és ritme, emoció, paraula, melodia, harmonia... És una disciplina artística capaç de jugar amb els sons, generar ambients d'acollida i oferir-nos el millor llenguatge per expressar les nostres emocions. Proposta lúdica per apropar i compartir aquest llenguatge als infants, on cantarem, ens mourem i explorarem els sons de diferents elements. Descobrirem els beneficis de la música tot jugant, cantant i descobrint aquest món de propostes i sensacions sonores per a passar una estona agradable en família.



MÚSICA PER NADONS (0-18 mesos)

Dimarts, d'11 a 12 h (10 s.)

Cotxeres-C (sala d'actes /43), 57 €

Professor: Tata Inti

La música és ritme, emoció, paraula, melodia, harmonia... És una disciplina artística capaç de jugar amb els sons, generar ambients d'acollida i oferir-nos el millor llenguatge per expressar les nostres emocions. Compartirem estones agradables amb els nostres infants, cantant-los cançons a cau d'orella i gaudint de jocs de falda. La música ofereix múltiples beneficis sensorials i de descoberta, els fa sentir estimats/des i convida al desenvolupament dels sentits dels més petits i les més petites.



Amb la col·laboració de:



MAPA



PER A MÉS INFORMACIÓ

cotxeres-casinet.org

barcelona.cat/sants-montjuic

Districte de Sants-Montjuïc