

UNIVERSIDAD POPULAR

2ª Programación
Curso 2018/19

CURSOS Y TALLERES PRIMAVERA 2019

Inscripciones del 8 al 28 de enero
Ayto. (planta baja) tf. 926 87 00 48 -ext. 371



Excmo. Ayto. de
BOLAÑOS DE CVA.



UNIVERSIDAD
POPULAR
DE BOLAÑOS

AYUNTAMIENTO DE BOLAÑOS

INFORMÁTICA Y MULTIMEDIA		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	1º Turno: martes y jueves de 09:30 a 11:00	
MONITOR: J. Alberto Aranda	2º Turno: martes y jueves de 19:30 a 21:00	
Informática básica, visión y descarga legal de material multimedia de uso doméstico, grabación en diversos formatos...		

CURSO DE MONITOR DE ACTIVIDADES JUVENILES		MATRÍCULA POR DETERMINAR
Casa de Cultura	16,17,23,24,30,31 de marzo; 6,7,13,15 y 16 de abril y 4 y 5 de mayo de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00	
MONITOR: Escuela de Animación Salta		
Título oficial y homologado de Monitor de Actividades Juveniles		

CICLO GYM		MATRÍCULA 55 € (El pago se realizará en el Centro)
Bike Fit Center (C/ Gran Capitán)	1º Turno: lunes y miérc. de 10:30 a 11:30	
Actividad gestionada por Bike Fit Center	2º Turno: martes y jueves de 17:30 a 18:30	
Actividad cardiovascular en dos bloques: bicicleta estática y otro con material fitness especializado.		

INGLÉS NIVEL 0		MATRÍCULA 30€
Casa Cultura	Lunes de 18:00 a 19:00 y jueves de 19:00 a 20:00	
Clases de inglés desde cero, por lo tanto, está dirigido a personas que no tengan conocimiento del idioma o que lo conozcan muy poco.		

ABDOMINALES HIPOPRESIVOS		MATRÍCULA 40 € (El pago se realizará en el Centro)
Bike Fit Center (C/ Gran Capitán)	Martes y jueves, de 10:00 a 10:50	
Actividad gestionada por Bike Fit Center		
Logra la reducción de la cintura y la tonificación del abdomen, a través de técnicas de contracción muscular y control de la respiración.		

INICIACIÓN AL RUNNING		MATRÍCULA 10 €
Campo de Fútbol	- Nivel Iniciación. (Monitor: Alberto Plata). lunes y miércoles de 19:00 a 20:30 - Nivel Avanzado. (Monitora: Gema Castro). lunes y miércoles de 19:00 a 20:30	
Iníciate en la práctica del running y la práctica deportiva en grupo con el apoyo de expertos.		

TALLER DE TEATRO		MATRÍCULA 10 €
Centro Polivalente	lunes y miércoles, de 20:00 a 23:00	
MONITORA: Covi Calderón		

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO		MATRÍCULA 30 €
Centro Polivalente	1º Turno: martes y jueves de 10:00 a 11:30 2º Turno: martes y jueves de 17:30 a 19:00	
MONITORA: Sonia Prieto		

ZUMBA		MATRÍCULA 30 €
Centro Polivalente	1º Turno: martes y jueves de 11:30 a 13:00 2º Turno: martes y jueves de 19:00 a 20:30	
MONITORA: Sonia Prieto		

TALLER DE MINDFULNESS PARA AUMENTAR NUESTRO BIENESTAR PERSONAL		MATRÍCULA 30 €
Casa de Cultura	Miércoles, de 19:00 a 20:00	
MONITOR: Dámaso Martín Aranda		

MANUALIDADES Y RECICLAJE DECORATIVO		MATRÍCULA 25 €
Bricamu (C/ Almagro)	1º Turno: martes de 17:00 a 19:00 2º Turno: miércoles de 18:00 a 20:00	
MONITORA: M ^a José García. Recicla objetos cotidianos a través de técnicas, como pintura en tela, pintura en cerámica, scrapbooking, decoración de madera y cristal....		

CURSO DE INICIACIÓN AL FRANCÉS		MATRÍCULA: 30 €
Casa de Cultura	Lunes de 17:00 a 18:00 y jueves de 18:00 a 19:00	
MONITORA: Helena Fernández		
Clases de francés idioma extranjero desde cero dirigido a personas que quieran conocer esta lengua, pero no tienen un conocimiento previo de la misma.		

CLUB DE LECTURA		GRATUITO
Casa de Cultura	Lunes de 19:00 a 20:00	
MONITOR: Helena Fernández		
<p>Crear una comunidad cultural a través del análisis y debate de tres lecturas seleccionadas previamente, junto con otras actividades ligadas a los libros (excursiones o visionado de las películas o imágenes basadas en las lecturas). Lecturas propuestas: <i>Ordesa</i> de Manuel Vilas, <i>Las Cadenas del Silencio</i> de Sebastián Roa y <i>El Médico</i> de Noah Gordon.</p>		

TALLER DE CORRESPONSALES JUVENILES		MATRÍCULA: GRATUITO
Casa de Cultura	Jueves de 17:00 a 18:00	
MONITORA: Helena Fernández		
<p>Objetivo: Formar un grupo de jóvenes mediadores para informar, organizar y planificar actividades educativas, culturales y de ocio y servir de vínculo con los colectivos juveniles.</p>		

BAILES DE SALÓN	MATRÍCULA: 20 € (asociados) 25 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)	
Centro Polivalente	INICIACIÓN: viernes de 21:30 a 22:30 AVANZADO: viernes de 22:30 a 23:30 AVANZADO: martes de 22:30 a 23:30	
Actividad gestionada por Asociación Bailes de Salón Virgen del Monte. Monitora: Meritxell Blanco		

CORTE Y CONFECCIÓN		MATRÍCULA 30 €
Hogar del Jubilado	1º Turno: lunes y miércoles de 10:00 a 12:00 2º Turno: lunes y miércoles de 17:00 a 19:00	
MONITORA: M ^a del Monte		

PINTURA		MATRÍCULA 30 €
Centro C/ General Espartero	1º Turno: lunes y miércoles de 18:30 a 20:00	
MONITORA: Alicia Pedregal	2º Turno: lunes y miércoles de 20:00 a 21:30	

TALLER DE HISTORIA LOCAL		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	Iniciación: Jueves de 19:30 a 20:30	
MONITORA: Antonia González	Avanzado: Jueves de 20:30 a 21:30	

PILATES		MATRÍCULA 30 €
Gimnasio Kimte ´s	1º Turno: lunes y miércoles de 9:15 a 10:15	
MONITORA: Gimnasio Kimte ´s	2º Turno: lunes y miércoles de 10:15 a 11:15	
	3º Turno: martes de 17:30 a 18:30 y jueves de 18:00 a 19:00	
	4º Turno: martes de 18:30 a 19:30 y jueves de 19:00 a 20:00	

CURSO DE COCINA		MATRÍCULA 25 € (asociados) MATRÍCULA 40 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	Miércoles, de 21:00 a 23:00	
Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica D ^a . Berenjena. Monitora Ángela Baos		

AEROFITNESS		MATRÍCULA 30 €
Centro Polivalente	1º Turno: lunes de 11:30 a 12:30, miércoles y viernes, de 10:00 a 11:00	
MONITORA: Loli Almansa	2º Turno: lunes, miércoles y viernes, de 18:30 a 19:30	

JORNADAS DE HISTORIA LOCAL		MATRÍCULA GRATUITA
Las Jornadas de Historia se plantean como charlas-conferencias en las que un experto en la materia nos traslada su visión sobre un tema o periodo de nuestra historia local o comarcal, nuestras costumbres o nuestro patrimonio histórico, artístico o etnográfico. (VER CARTELES APARTE)		
Casa de Cultura	Una Jornada cada mes, a las 20:00 horas los jueves señalados	

TALLER DE GAP glúteos, abdomen y piernas		MATRÍCULA 40 € (El pago se realizará en el Centro)
Centro "La Danza Blanca" (C/ Isabel La Católica)	1º Turno: lunes y miércoles de 11:00 a 12:00 2º Turno: lunes y miércoles de 21:00 a 22:00	
Actividad gestionada por "La Danza Blanca"		

TALLER DE MOTIVACIÓN Y NUEVAS ESTRATEGIAS EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO		MATRÍCULA GRATUÍTA
Casa de Cultura	Mes de marzo (4 sesiones de 3 horas de duración, en horario de mañanas)	
ESCUELA MUNICIPAL DE EMPLEO Y EMPRENDIMIENTO		
Valorable para las convocatorias de planes de empleo municipales.		

RESTAURACIÓN DE MUEBLES		MATRÍCULA: 35 €
Centro Formación Polígono Industrial	Jueves de 17:00 A 20:00	
MONITORA: Mercedes Polo		

TALLER DE PUNTO Y GANCHILLO		MATRÍCULA 30 €
Casa de Cultura	1º Turno: Martes, de 16:30 a 19:30 2º Turno: Miércoles, de 10:30 a 13.30	
MONITORA: Rosa Ayllón		

CURSO OFICIAL DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS		MATRÍCULA 18 € (pago independiente)
Vivero Municipal de Empresas (Pol. Industrial)	Jueves, 28 de marzo de 10:00 a 13:00 h.	
MONITOR: LR Consultores		

USO BÁSICO DE APLICACIONES PARA MÓVILES		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	Martes y viernes de 16:30 a 17:30	
MONITORA: Yolanda Rodríguez		
Destinado a personas mayores . Aprender a manejar herramientas básicas y más utilizadas del teléfono móvil (whatsapp, galería de imágenes, cámara, redes sociales, ubicación de aplicaciones, ...)		

ACTIVA TU MENTE		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	Miércoles de 18:30 a 20:00	
MONITORA: Carmen Pilar López		
Se pretende trabajar las funciones cognitivas, el déficit de atención, la memoria, la creatividad, etc. Con prácticas dirigidas a prevenir el deterioro cognitivo y la demencia, ejercicios de memoria y de atención.		

ENGLISH COFFEE		MATRÍCULA: GRATUITO
Casa de Cultura	Viernes Level B1: 18:00 h. Level B2: 19:00 h. Level C1: 20:00 h.	
MONITOR: Helena Fernández		
Conversaciones y prácticas orales en idioma inglés, en grupos de distintos niveles		

CREACIÓN PÁGINAS WEBS Y OTROS RECURSOS INFORMÁTICOS		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	Lunes de febrero a mayo, de 16:30 a 18:30 h.	
MONITOR: Yolanda Rodríguez		
Objetivo: adquirir los conocimientos prácticos para crear tu propio blog o tu propia web a través de programas como Wordpress o Blogspot		

CURSO DEFENSA PERSONAL PARA MUJERES		MATRÍCULA 30 €
Gimnasio Kimte's	Martes y jueves de 20:30 a 21:30	
MONITOR: Juan Navarro		
Curso para aprender y desarrollar destrezas y habilidades de autodefensa para mujeres.		

CURSO DE REPOSTERÍA		MATRÍCULA 10 € (asociados) MATRÍCULA 20 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	5 sesiones: los lunes 11,18,25 de marzo y 1 y 8 de abril de 21:00 a 23:00	
MONITORA: Mercedes Campos		
Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica D ^a . Berenjena.		

CURSO BÁSICO DE PHOTOSHOP		MATRÍCULA 10 €
Casa Cultura	Martes de 17:30 a 19:00	
MONITORA: Yolanda Rodríguez		
Curso informático para saber utilizar nociones básicas del programa Photoshop		

NORMAS GENERALES DE FUNCIONAMIENTO

- Con carácter general, **las clases se iniciarán a partir del 4 de febrero** y concluirán el 31 de mayo de 2019.
- El calendario lectivo coincidirá con el **calendario escolar** fijado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha para educación primaria y secundaria.
- Será necesaria la inscripción de, al menos, **10 alumnos** para que puedan desarrollarse los cursos y talleres.
- Con carácter general, y salvo que se indique lo contrario, las actividades están dirigidas a **mayores de 16 años**, no obstante, puede plantearse la inscripción de niños de 12 a 15 años, siempre que asistan acompañados de un adulto.
- Sólo se considerará inscrito a un curso o taller cuando se haya efectuado el pago y presentado el resguardo en el CIJ.
- La **devolución del importe de la matrícula** solo procederá **siempre que se soliciten antes del inicio de la actividad** y en los siguientes casos:
 - o Cuando el curso o taller estuviera ya completo.
 - o Cuando no se alcance el número mínimo de alumnos para iniciar el curso.
 - o Cuando se hayan producido modificaciones en las condiciones previstas para el desarrollo de la actividad por causa imputable al Ayuntamiento.
- El material de uso personal de cada taller correrá a cargo de cada alumno.
- La Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Bolaños de Cva. se reserva el derecho a realizar modificaciones sobre la programación, contenidos, horarios de los cursos o talleres, etc., en aras a optimizar el desarrollo de los mismos.

