



Membrilla

Ciudad Educadora

Cursos y Talleres 2016/2017



ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES CURSO 2016/2017

INFORMACIÓN GENERAL

Matriculas:

del 12 al 23 de septiembre.

·A través de web:

www.aytomembrilla.org

·Por correo electrónico:

upmembrilla@gmail.com

·En la Universidad Popular
de 10:30 a 14:30 horas.

Para matricularse en cualquiera de los cursos es imprescindible presentar Original o fotocopia de la primera hoja de la libreta bancaria, donde quiera cargar el importe del curso. Deberá aparecer nombre de la persona titular de la cuenta y D.N.I. Excepto a través de la web.

El Excmo. Ayuntamiento se reserva el derecho de efectuar cualquier modificación sobre la programación, horarios y contenidos de los cursos, así como sobre las bases de matrícula.

Del 3 de octubre de 2016 al 2 de junio de 2017.

Mecanografía por ordenador:

Horario: Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.

Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros.

Destinatarios: Primaria, ESO y Bachillerato.

Lugar: Centro Cultural San León.

Informática nivel I:

Horario: Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas.

Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros.

Destinatarios: Primaria, ESO y Bachillerato.

Lugar: Centro Cultural San León.

Informática Nivel II:

Horario: Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros .

Destinatarios: 2º / 3º Ciclo de Primaria, ESO y Bachillerato.

Lugar: Centro Cultural San León.

Informática para Educación Infantil:

Horario: Viernes de 17:00 a 18:00 horas.

Precio: 42 euros * Precio socios AMPA: 30 euros.

Destinatarios: Infantil / 1º Ciclo de Primaria.

Lugar: Centro Cultural San León.

Creación de páginas Web y blog Wordpress:

Horario: Martes de 18:00 a 19:30 horas.

Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros.

Destinatarios: 2º / 3º Ciclo de Primaria / ESO.

Lugar: Centro Cultural San León.



ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES CURSO 2016/2017

Curso de robótica infantil:

Horario: Martes de 16:30 a 18:00 horas.

Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros.

Destinatarios: 2º / 3º Ciclo de Primaria y ESO.

Lugar: Centro Cultural San León.

Edición de videos y música:

Horario: Martes de 18:00 a 19:30 horas.

Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros.

Destinatarios: 3º Ciclo de Primaria / ESO y Bachillerato.

Lugar: Centro Cultural San León.



Taller de inglés: Posibilidad de obtener **Certificado de Cambridge English Language** o el **Trinity College London**

Horario: Posibles modificaciones dependiendo de las edades de los alumnos matriculados.

GRUPO I: Infantil 3 años. Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas.

GRUPO II: Infantil 4 años. Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.

GRUPO III: Infantil 5 años. Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

GRUPO IV: Primero de primaria. Martes y jueves de 16:00 a 17:00 horas.

GRUPO V: Segundo de primaria. Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas.

GRUPO VI: Tercero de primaria. Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.

GRUPO VII: Cuarto de primaria. Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas.

GRUPO VIII: Quinto de primaria. Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

GRUPO IX: Sexto de primaria. Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas.

GRUPO X: 1º Ciclo de ESO. Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.

GRUPO XI: 2º Ciclo de ESO. Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas.

Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros

Destinatarios: Infantil / Primaria y ESO

Lugar: Centro Cultural San León.

Taller de alemán:

Horario: Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas.

Precio: 72 euros* Precio socios AMPA: 60 euros

Destinatarios: Grupos por edades a partir de 3º de primaria.

Lugar: Centro Cultural San León.

ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES CURSO 2016/2017

Taller de francés:

Horario: Pendiente de horario.

Precio: 72 euros* Precio socios AMPA: 60 euros

Destinatarios: Grupos por edades a partir de 3º de primaria.

Lugar: Centro Cultural San León.

Kids Brain (cálculo mental con ábaco japonés en inglés):

Horario: Miércoles. Una hora semanal con acceso ilimitado a plataforma Web.

Precio: 25 euros al mes y 25 euros de matrícula y material.

Lugar: Centro Cultural San León.

Taller de ajedrez:

Horario: Viernes de 17:00 a 20:00 horas

Precio: Gratuito

Destinatarios: Primaria y ESO.

Lugar: Centro Cultural San León.

Con cuentos y emoción: Recursos y técnicas para trabajar la educación emocional

Horario: Martes de 16:00 a 17:30 horas.

Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros

Destinatarios: Infantil

Lugar: Centro Cultural San León.

Educación emocional en familia en familia. El viaje comienza en casa:

Horario: Martes de 17:30 a 19:00 horas.

Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros

Destinatarios: Padres o tutores.

Lugar: Centro Cultural San León.



ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES CURSO 2016/2017

Taller de coreografía, ritmo y expresión corporal:

Horario: Martes de 16:00 a 17:30 horas
Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros
Destinatarios: Infantil / 1º Ciclo de Primaria.
Lugar: C.P. Virgen del Espino.



Bailes Latinos:

Horario: Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas
Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros
Destinatarios: Primaria
Lugar: Centro de Servicios Sociales.

“La vuelta al mundo en 80 juegos”:

Horario: Jueves de 16:00 a 17:30 horas
Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros
Destinatarios: Infantil / 1º Ciclo de Primaria
Lugar: C.P. Virgen del Espino.



Taller de psicomotricidad:

Horario: Lunes de 16:00 a 17:30 horas
Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros
Destinatarios: Infantil.
Lugar: C.P. Virgen del Espino.

Cuentos motores para viajar por el mundo:

Horario: Miércoles de 16:00 a 17:30 horas
Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros
Destinatarios: Infantil/ 1º Ciclo de Primaria.
Lugar: C.P. Virgen del Espino.



ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES CURSO 2016/2017

Ciencia divertida para científicos curiosos:

Horario: Miércoles de 17:30 a 19:00 horas.
Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros
Destinatarios: Primaria.
Lugar: Centro Cultural San León.

Art-Attack y manualidades divertidas:

Horario: Martes de 16:00 a 17:30 horas.
Precio: 57 euros * Precio socios AMPA: 45 euros
Destinatarios: Primaria / 1º Ciclo de ESO.
Lugar: Centro Cultural San León.

Taller de cocina recreativa “Aprende a comer sano”:

Horario: Jueves de 17:00 a 19:00 horas.
Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros.
Destinatarios: 2º / 3º Ciclo de Primaria y ESO
Lugar: Paseos del Espino, nº 25

Taller de dibujo y pintura para niños:

Horario: Viernes de 17:00 a 19:00 horas.
Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros.
Destinatarios: 2º / 3º Ciclo de Primaria y ESO.
Lugar: Centro Cultural San León.

Taller de teatro:

Horario: Viernes de 16:00 a 18:00 horas.
Precio: 72 euros * Precio socios AMPA: 60 euros.
Destinatarios: Primaria, ESO y Bachillerato.
Lugar: Casa de Cultura.



INFORMACIÓN GENERAL

Matriculas:

del 12 al 23 de septiembre.

·A través de web:

www.aytomembrilla.org

·Por correo electrónico:

upmembrilla@gmail.com

·En la Universidad Popular

de 10:30 a 14:30 horas.

Para matricularse en cualquiera de los cursos es imprescindible presentar Original o fotocopia de la primera hoja de la libreta bancaria, donde quiera cargar el importe del curso. Deberá aparecer nombre de la persona titular de la cuenta y D.N.I. Excepto a través de la web.

El Excmo. Ayuntamiento se reserva el derecho de efectuar cualquier modificación sobre la programación, horarios y contenidos de los cursos, así como sobre las bases de matrícula.



Del 3 de octubre de 2016 al 2 de junio de 2017.

ÁREA DE TALLERES

Dibujo y Pintura para adultos:

Horario: distintos grupos:

GRUPO I: Martes y jueves de 16:00 a 18:00 horas.

GRUPO II: Martes y jueves de 18:00 a 20:00 horas.

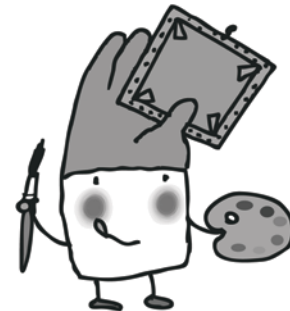
GRUPO III: Martes y jueves de 20:00 a 22:00 horas.

GRUPO IV: Lunes y miércoles de 11:30 a 13:30 horas.

GRUPO V: Martes y jueves de 11:30 a 13:30 horas.

Precio: 90 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.



Restauración de muebles y objetos de decoración:

Horario: distintos grupos:

GRUPO I: Lunes y miércoles de 16.30 a 18:30 horas.

GRUPO II: Lunes y miércoles de 18:30 a 20:30 horas.

GRUPO III: Martes y jueves de 16:30 a 18:30 horas.

GRUPO IV: Martes y jueves de 18:30 a 20:30 horas.

Precio: 90 euros

Lugar: Aula Escuela Taller.

Manualidades:

Horario: Lunes y viernes de 17:00 a 18:30 horas.

Precio: 75 euros

Lugar: Centro Cultural San León.

UNIVERSIDAD POPULAR CURSO 2016/2017

Diseño de moda, corte y confección:

Horario: distintos grupos:

GRUPO I: Lunes y miércoles de 9:30 a 11:30 horas.

GRUPO II: Lunes y miércoles de 11:30 a 13:30 horas.

GRUPO III: Martes y jueves de 9:30 a 11:30 horas.

GRUPO IV: Martes y jueves de 11:30 a 13:30 horas.

GRUPO V: Martes y jueves de 16:30 a 18:30 horas.

GRUPO VI: Martes y jueves de 18:30 a 20:30 horas.

Precio: 90 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.

Taller de arte floral. Como decorar con flores

Horario: Lunes y miércoles de 19:00 a 20:30 horas. Curso cuatrimestral.

Precio: 45 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.

Cocina creativa, gastronomía y pastelería:

Horario: distintos grupos:

GRUPO I: Martes de 11:00 a 13:00 horas.

GRUPO II: Martes de 17:00 a 19:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Aula de Cocina. Paseo del Espino, nº 25.

ÁREA DE MANTENIMIENTO PERSONAL

Bailes Regionales Infantil:

Horario: distintos grupos:

GRUPO I. Iniciación: Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas.

GRUPO II. Seguimiento: Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.

GRUPO III. Perfeccionamiento: Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Casa de Cultura.

Bailes Regionales Adultos:

Horario: Martes y jueves de 16:00 a 17:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Casa de Cultura.



UNIVERSIDAD POPULAR CURSO 2016/2017

Bailes de salón:

Horario: (mínimo 10 parejas para llevar a cabo el curso). Iniciación: Martes y jueves de 22:00 a 23:00 horas.

Precio: 60 euros

Lugar: Casa de Cultura.

Flamenco y clásico español:

(Los horarios de los grupos pueden ser modificados en función de las edades de los alumnos)

Horario: distintos grupos: (a partir de 4 años)

GRUPO I. Infantil iniciación: Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas

GRUPO II. Infantil seguimiento: Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas

GRUPO III. Infantil perfeccionamiento: Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas

GRUPO IV. Adultos: Martes y Jueves de 21:00 a 22:00 horas

Precio: 60 euros

Lugar: Casa de Cultura.

Bailes activo:

Horario: Martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas

Precio: 60 euros

Lugar: Casa de Cultura.

Bailes Latinos:

Horario: distintos grupos:

GRUPO I. Iniciación: Martes y jueves de 20:30 a 21:30 horas.

GRUPO II. Seguimiento: Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.

GRUPO III. Perfeccionamiento: Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas.

Precio: 60 euros

Lugar: Centro de Servicios Sociales.

Pilates terapéutico: (impartido por un fisioterapeuta)

Horario: distintos grupos:

GRUPO I: Lunes, miércoles y viernes de 9:30 a 10:30 horas

GRUPO II: Lunes, miércoles y viernes de 10:30 a 11:30 horas

GRUPO III: Lunes y miércoles de 11:30 a 12:30 horas

GRUPO IV: Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas

GRUPO V: Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas

GRUPO VI: Lunes y miércoles de 21:00 a 22:00 horas

GRUPO VII: Lunes y miércoles de 22:00 a 23:00 horas

GRUPO VIII: Martes y jueves de 9:30 a 10:30 horas

GRUPO IX: Martes y jueves de 10:30 a 11:30 horas

GRUPO X: Martes y jueves de 11:30 a 12:30 horas

Precio: Grupos I y II (3 horas semanales): 75 euros

Otros grupos (2 horas semanales): 60 euros

Lugar: Casa de Cultura.



Yoga: (impartido por un fisioterapeuta)

Horario: distintos grupos:

GRUPO I: Lunes y miércoles de 12:20 a 13:30 horas. (Casa de Cultura).

GRUPO II: Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas.

GRUPO III: Martes y jueves de 18:30 a 19:30 horas.

GRUPO IV: Martes y jueves de 19:30 a 20:30 horas.

Precio: 60 euros

Lugar: Centro de Servicios Sociales.



Teatro adultos:

Horario: Martes y jueves 20:30 a 22:00 horas.

Precio: 75 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.

ÁREA DE EDUCACIÓN

Alfabetización:

Horario: De lunes a jueves de 16:00 a 17:30 horas.

Precio: 27 euros (incluye material).

Lugar: Centro Cultural San León.

Acceso a la Universidad para mayores de 25 años:

Horario: Lunes y martes 20:00 a 22:00 horas.

Precio: 60 euros.

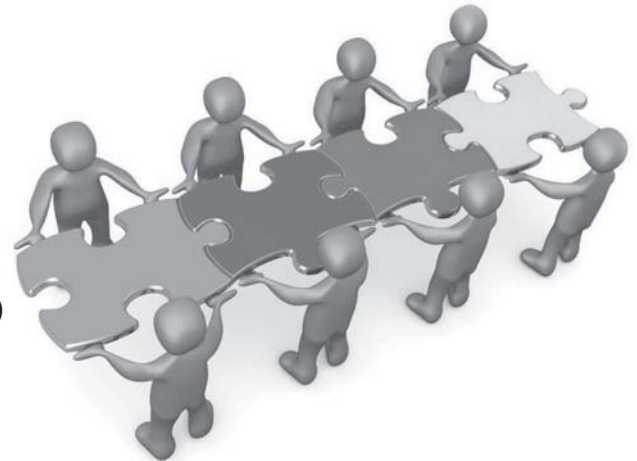
Lugar: Centro Cultural San León.

Facturación, contabilidad y nóminas: (50 horas lectivas)

Horario: Martes y jueves 21:00 a 22:00 horas.

Precio: 45 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.



Cursos de informática:

Informática nivel I. Básica:

Iniciación a la informática. Conocimiento y acercamiento al ordenador. Introducción a los sistemas operativos gráficos: Microsoft Windows. Introducción a la ofimática: El procesador de textos.

Horario:

GRUPO I: Lunes y miércoles de 11:00 a 12:30 horas

GRUPO II: Martes y jueves de 19:30 a 21:00 horas

Precio: 90 euros

Lugar: Centro Cultural San León.

Informática nivel II. Especializada:

Sistema de gestión de bases de datos. Diseñar una base de datos. Utilizar las herramientas de análisis de Microsoft Access. Herramienta de cálculo para la gestión. Trabajar con archivos, libros y hojas de cálculo.

Horario: Lunes y miércoles de 21:00 a 22:30 horas

Precio: 90 euros

Lugar: Centro Cultural San León.

Internet y correo electrónico: curso de 30 horas.

Configuración y manejo de un navegador. Obtención de información, correo electrónico, buscador, direcciones útiles...

(Indispensable tener conocimientos básicos de informática)

Horario: GRUPO I: Martes de 10:00 a 12:00 horas.

GRUPO II: Viernes de 19:30 a 21:30 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.

Iniciación al retoque fotográfico: curso de 30 horas.

Realización de un curso de fotografía digital, los temas principales serán: la cámara, los formatos, edición digital, composición digital.

Horario: Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.

Retoque fotográfico. Nivel II: curso de 30 horas.

Seguimiento del curso de fotografía digital. Se estudiará con más precisión aspectos de la cámara, los formatos, edición digital, composición digital, etc.

Horario: Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Centro Cultural San León

UNIVERSIDAD POPULAR CURSO 2016/2017

Presentaciones dinámicas: curso de 30 horas.

Las presentaciones informáticas son muy importantes en el mundo laboral, este curso pretende presentar varios programas utilizados para este fin, y hacer presentaciones de datos económicos o presentaciones de nuevos productos o campañas de publicidad, maquetación de proyectos, cada uno enfocado a cada tipo de contenido.

Horario: Lunes y miércoles de 21:00 a 22:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.



Creación de páginas Webs y blogs Wordpress: curso de 30 horas

Horario: Martes y jueves de 22:00 a 23:00 horas.

Precio: 60 euros.

Lugar: Centro Cultural San León.

Taller de robótica: curso de 30 horas.

Horario: Viernes de 18:00 a 19:30 horas

Precio: 60 euros

Lugar: Centro Cultural San León.

ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA CURSO 2016/2017

INFORMACIÓN GENERAL

Matriculas del 12 al 23 de septiembre

- A través de la web:
www.aytomembrilla.org

- Por correo electrónico:
upmembrilla@gmail.com

- En la Universidad Popular
de 10:30 a 14:30 horas.

Para matricularse en cualquiera de los cursos es imprescindible presentar Original o fotocopia de la primera hoja de la libreta bancaria, donde quiera cargar el importe del curso. Deberá aparecer nombre de la persona titular de la cuenta y D.N.I. Excepto a través de la web

En aquellos cursos cuyo número de solicitudes exceda del máximo permitido, la selección se hará por sorteo.

El Excmo. Ayuntamiento se reserva el derecho de efectuar cualquier modificación sobre la programación, horarios y contenidos de los cursos, así como sobre las bases de matrícula.

Del 3 de octubre de 2016 al 17 de junio de 2017.

Canto:

Horario: Por determinar.

Lugar: Escuela Municipal de Música.

Música y movimiento: Introducción a la Formación Musical a través del juego. 4 y 5 años.

Horario:

GRUPO I. Iniciación: Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas.

GRUPO II. Seguimiento: Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.

Lugar: Escuela Municipal de Música.

Precio: 60 euros.

Formación Musical Básica (lenguaje musical): 6 y 7 años.

Horario:

GRUPO I. Iniciación: Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

GRUPO II. Seguimiento: Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.

Lugar: Escuela Municipal de Música.

Formación Musical Complementaria (lenguaje musical): a partir de 8 años.

- Nivel de iniciación.
- Nivel de desarrollo .
- Nivel de refuerzo.

Horario: Por determinar.

Lugar: Escuela Municipal de Música.



Taller de cante y guitarra flamenca:

Horario: Por determinar.

Lugar: Centro Cultural San León.

Instrumento:

Horario: Por determinar.

Especialidades instrumentales:

- Viento Madera (Clarinete, flauta travesera, saxofón, ...).
- Viento Metal (Trompeta, tuba, trompa, trombón, bombardino...).
- Cuerda (Guitarra, violín, violonchelo...).
- Teclado (piano y teclado electrónico).
- Percusión.
- Batería.
- Corneta.
- Cajón.
- Oboe.

Lugar: Escuela Municipal de Música.

*** Aquella persona interesada en aprender un instrumento diferente infórmese en la Universidad Popular.**

INFORMACIÓN ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA

- Tasas de matrículas:

* Alumnos de
nuevo ingreso: 50 €

* Alumnos de
cursos anteriores: 40 €

- Cuotas mensuales:

* Asignatura mes: 20 €



NOTAS:

1.- Si eres mayor de 65 años o discapacitado la cuota es de 10€, y el resto de colectivos la cuota es de 30€.

2.- El plazo de matriculas será del 19 al 23 de Septiembre, en horario 11:30 a 14.00 horas.

3.- Para inscribirse el alumno deberá traer al Centro Social original o fotocopia de la primera hoja de la libreta bancaria, donde quiera cargar el importe del curso, y fotocopia del DNI del alumno en el caso de matricularse por primera vez.

4.- Si no se llegará a cubrir el grupo se devolverá el dinero de la matrícula. (máximo de alumnos 20 por grupo).

5.- La dirección del Centro se reserva la posibilidad de anular, variar los lugares y/o días de celebración.

6.- Los cursos comenzarán el próximo día 1 de Octubre.

CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES

C/ Capitan Meléndez Arias, 24
TFNOS. 926636169 / 926636736
servicios.sociales@aytomembrilla.org



CURSOS DE PREVENCIÓN PARA LA DEPENDENCIA:

- Mantenimiento de las capacidades físicas:

A) GIMNASIA DE MANTENIMIENTO.

- Mantenimiento de las capacidades cognitivas:

B) TALLER DE MEMORIA.

C) TALLER DE MANUALIDADES.



- Mantenimiento de las capacidades emocionales:

D) DEPRESIÓN Y ANSIEDAD.

PROGRAMA DE CURSOS TEMPORADA 2016-2017

Estos cursos empiezan el día 26 de septiembre de 2016 y finalizan el día 31 de mayo de 2017. Las modalidades deportivas en las que se puede participar son:

NORMAS DE MATRICULACIÓN

Plazo: Del 9 al 16 de septiembre.

Horario: De 10:30 a 12:30 horas
y de 16:30 a 18:30 horas.

Lugar: En las oficinas del Polideportivo Municipal, por teléfono: 926637656, o por e-mail: deportes@aytomembrilla.org o en www.aytomembrilla.org

Documentos necesarios para matricularse:

-Original o fotocopia de la primera hoja de la libreta bancaria, donde quiera cargar el importe del curso.

-Fotocopia del D. N. I. del alumno, imprescindible para participar en el Campeonato Regional de Deporte en Edad Escolar.

-Teléfono de contacto

La organización se reserva el derecho de modificar horarios y cursos.



G.A.P. (Tonificación localizada de glúteos, abdomen y piernas)

Curso de 3 sesiones semanales de 1 hora de duración, impartidas en el Gimnasio del Polideportivo con el que conseguirás de forma rápida unos glúteos, abdomen y piernas fuertes y definidos.

Precio: 2 h/sem 60 €, 3 h/sem 75 €.

Horarios: lunes, miércoles y viernes a las 9:00 y a las 21:00 h, martes y jueves a las 9:00 h.

Lift-training:

Curso de 2 o 3 sesiones semanales de 1 hora de duración, impartidas en el gimnasio del polideportivo y basado en la realización de movimientos sencillos y específicos utilizando una barra ligera de peso graduado con discos para involucrar en el trabajo a los músculos de la espalda, pectorales, brazos, piernas, glúteos y abdomen. Con este curso conseguirás un cuerpo con los músculos magros y tonificados.

Precio: 2 h/sem 60 €, 3 h/sem 75 €.

Horarios: Martes y jueves a las 19:00 horas, lunes, miércoles y viernes a las 17:00 horas.

Aeróbic y zumbas:

Cursos 3 sesiones semanales de 1 hora de duración, impartidas en el gimnasio del polideportivo, compuestas por un calentamiento específico, una parte principal en la que se enseña y se realiza una coreografía de las diferentes modalidades de aeróbic, después se realizan ejercicios de tonificación muscular y se termina con una serie de estiramientos.

Precio: 75 euros.

Horarios: Lunes, miércoles y viernes 10:00 h y 20:00 h y para mayores, lunes, miércoles y viernes a las 11:00 horas.

Pilates:

Curso de 2 o 3 sesiones semanales de 1 hora de duración, impartidas en el gimnasio del polideportivo. El Pilates es un método de entrenamiento que aúna el dinamismo y la fuerza muscular con el control mental, la respiración y la relajación.

Precio: 2 h/sem 60 €. 3 h/sem 75 €.

Horarios: martes y jueves a las 10:00 y a las 18:00 (nivel básico), lunes, miércoles y viernes a las 16:00 h y martes y jueves 21:00 h (nivel intermedio y avanzado).

Tonificación muscular con circuito:

Cursos de 2 o 3 sesiones semanales de 1 hora de duración, impartidas en el gimnasio del polideportivo. Para el desarrollo de las sesiones, de este curso, se utiliza básicamente, como método de entrenamiento el "Circuit Training", intercalando los ejercicios aeróbicos "quema-grasa", con ejercicios anaeróbicos de fuerza y tonificación muscular con pesas, gomas, lastres, balones, colchonetas, espalderas, etc. y terminando este entrenamiento con estiramientos de cada uno de los músculos involucrados en el mismo y una relajación profunda

Precio: 2 h/sem 60 €.

Horarios: Martes y jueves a las 11:00 h y 20:00 h.

Tenis adultos:

Cursos de 2 sesiones semanales de 1 hora, impartidos en el polideportivo con niveles de básico e intermedio, dónde podrás aprender e iniciarte a jugar a tenis o mejorar tus golpes con la ayuda de un monitor titulado.

Precio: 60 euros.

Horarios: Horario por determinar.

Pádel adultos:

Cursos de 2 sesiones semanales de 1 hora de duración, impartidos en las pistas de pádel del polideportivo con niveles básico, intermedio y avanzado, dónde podrás aprender e iniciarte a jugar a pádel o mejorar tus golpes con la ayuda de un monitor titulado.

Precio: 60,00 €.

Horarios: Habrá cursos en horario de mañana, de tarde y de noche que crearán los grupos en función del número de inscripciones y el lunes 26 de septiembre se hará un sorteo para elegir grupo, a las 11:00 h para los de la mañana y a las 19:00 h para los de la tarde y noche, en las pistas de pádel.



Gimnasia de mantenimiento:

Cursos de 3 sesiones semanales lunes, miércoles y viernes de 1 hora de duración, impartidos en el gimnasio del polideportivo. Este curso es un popurrí de todos los cursos de actividad física para adultos, así que, si te quieres iniciar en la práctica de la actividad física y no sabes qué curso te va a gustar más, este es el tuyo, ya que practicarás un poco de cada y adecuado a tu capacidad.

Precio: 75 euros.

Horarios: 19:00 horas.

Tai-Chi:

Cursos de 2 sesiones semanales de 1 hora, impartidos en el gimnasio del polideportivo. El Tai Chi es un ejercicio de bajo impacto que nació en China hace miles de años, es una excelente alternativa para ti, si buscas un ejercicio suave que te puede traer muchos beneficios para la salud de tu mente y de tu cuerpo. Si quieres hacer ejercicio, pero no te gusta sudar, o tienes alguna lesión articular que te impide hacer otros ejercicios con más impacto, este es tu curso, es ideal para reducir el estrés, la presión arterial alta, mejorar el equilibrio y está indicado para mujeres con fibromialgia.

Precio: 60 euros.

Horarios: Martes y jueves a las 12:00 horas.

Patinaje para adultos:

Curso de 2 horas semanales para adultos donde podrán aprender a patinar o perfeccionar su técnica y aprender trucos con patines en línea. Entrenamientos en la pista cubierta de fútbol sala.

Precio: 60 euros.

Horarios: Martes y viernes a las 17:00 horas.

CONSEJO MUNICIPAL DE DEPORTES CURSO 2016/2017

Voleibol adultos:

Cursos de 2 sesiones semanales de 1 hora, impartidos en el pabellón, dónde podrás jugar a voleibol y mejorar tu condición física con la ayuda de una monitora titulada.

Precio: 60 euros.

Horarios: Martes y jueves a las 19:00 horas.

ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES

Cursos de, al menos, 2 horas semanales de entrenamiento y posibilidad de participar en competiciones escolares o federadas. El precio de la inscripción es de 51,00 € para un deporte y de 90,00 € si el alumno se inscribe a dos deportes (Atletismo es gratis como segundo deporte). Los horarios saldrán una vez confeccionados los grupos de entrenamientos para poder admitir a todos los inscritos. Estos cursos empiezan el día 26 de septiembre de 2016 y finalizan el día 31 de mayo de 2017.

Atletismo, Cross y Orientación:

Curso dirigido a chicos y chicas. Las categorías son **benjamín** nacidos en 08-09, **alevín** nacidos en 06-07, **infantil** nacidos en 04-05, **cadete** nacidos en 02-03 y **juvenil** nacidos en 00-01. Entrenamientos en el pabellón polideportivo municipal, gimnasio y en la pista de atletismo del polideportivo:

Baloncesto:

Curso dirigido a chicos y chicas de categorías **alevines**: nacidos en el 05, 06 y 07; **infantiles**: nacidos en el 03 y 04; **cadetes**: nacidos en el 01 y 02. Entrenamientos en el pabellón polideportivo municipal.

Educación Física de Base:

Curso dirigido a niños y niñas nacidos en el 12 y 13 impartido en los colegios San José de Calasanz y Virgen del Espino donde se trabajarán las cualidades psicomotrices y las habilidades y destrezas básicas a través de divertidos juegos y actividades físico-deportivas.

Fútbol:

Curso dirigido a chicos y chicas de categorías **alevines**: nacidos en el 05, 06 y 07; **infantiles**: nacidos en el 03 y 04; **cadetes**: nacidos en el 01 y 02. Entrenamientos en el campo de fútbol de césped.



Fútbol Sala:

Curso dirigido a chicos y chicas de categorías **alevines**: nacidos en el 05, 06 y 07; **infantiles**: nacidos en el 03 y 04; **cadetes**: nacidos en el 01 y 02. Entrenamientos en la pista cubierta o pabellón.

Iniciación Deportiva:

Curso dirigido a niños y niñas nacidos en el 10 y 11 impartido en los colegios San José de Calasanz y Virgen del Espino donde se iniciarán en la práctica deportiva con fútbol, baloncesto y demás deportes que hay en las Escuelas Deportivas Municipales a través de juegos predeportivos y ejercicios de los elementos técnico-tácticos básicos de cada uno de los deportes.

Multideporte:

Curso dirigido a chicos y chicas nacidos en el 06, 07 y 08 impartidos en los colegios San José de Calasanz y Virgen del Espino y en los que entrenarán y competirán en varios deportes, fútbol 7, fútbol sala, baloncesto, balonmano, atletismo, campo a través, tenis de mesa y bádminton. Con competiciones provinciales a lo largo del año.

Pádel:

Curso dirigido a chicos y chicas de categorías **alevines**: nacidos en el 05, 06 y 07; **infantiles**: nacidos en el 03 y 04; **cadetes**: nacidos en el 01 y 02. Entrenamientos en las pistas de pádel del polideportivo.

Patínaje para niños:

Curso dirigido a chicos y chicas nacidos entre el 00 y el 11 donde podrán aprender a patinar o perfeccionar su técnica y aprender trucos con patines en línea. Entrenamientos en la pista cubierta de fútbol sala.

Tenis:

Curso dirigido a chicos y chicas de categorías **benjamín** nacidos en 08-09-10, **alevines**: nacidos en el 05, 06 y 07; **infantiles**: nacidos en el 03 y 04; **cadetes**: nacidos en el 01 y 02. En el curso de tenis cabrá la posibilidad de entrar en grupos de competición según nivel, con entrenamientos en grupos reducidos y con objetivos específicos de rendimiento deportivo. Entrenamientos en las pistas de tenis del polideportivo.

Voleibol:

Curso dirigido a chicos y chicas de categorías **alevines**: nacidos en el 05, 06 y 07; **infantiles**: nacidos en el 03 y 04; **cadetes**: nacidos en el 01 y 02. Entrenamientos en el pabellón polideportivo municipal.



CENTRO DE LA MUJER CURSOS 2016/2017

INFORMACION GENERAL:

1. Para matricularse en el curso de "Cocina para Hombres" es imprescindible presentar original o fotocopia de la primera hoja de la libreta bancaria donde quiera cargar el importe del curso. Deberá aparecer nombre de la persona titular de la cuenta y DN.I

2. Los cursos cuyo número de solicitudes sea inferior a 10 no podrán ser realizados.

3. El Centro de la Mujer se reserva el derecho de efectuar cualquier modificación sobre la programación, horarios y contenidos de los cursos.

PLAZO DE MATRÍCULAS:

Del 12 al 26 de Septiembre.
Horario: de 11,00 a 14,00 horas.
Lugar: Centro de la Mujer

Para más información:

**CENTRO DE LA MUJER DE
MEMBRILLA**

C/ Capitán Meléndez Arias, s/n.
Tf. 926637317

Email:
centromujer@aytomembrilla.org

Taller de trámites por internet

FECHAS: Octubre 2016.
HORARIO: Martes de 11:00 a 12:00 horas.
LUGAR: Centro Cultural San León.
PRECIO: 5 euros.

Taller de búsqueda de empleo.

FECHAS: Octubre 2016.
HORARIO: Miércoles de 11:00 a 12:00 horas.
LUGAR: Centro de la Mujer.
PRECIO: 5 euros.

Taller mujer emprendedora.

FECHAS: Noviembre / diciembre..
HORARIO: Por determinar.
LUGAR: Centro de la Mujer.
PRECIO: 5 euros.

Aula de la mujer (café - tertulia)

DURACIÓN: De octubre a mayo.
HORARIO: Jueves de 10:30 a 12:00 horas.
LUGAR: Centro de la Mujer.
PRECIO: 5 euros.

Curso de cocina para hombres

FECHAS: Del 1 de octubre al 31 de mayo.
HORARIO: Distintos grupos.
GRUPO 1: Lunes de 20:30 a 22:30 horas.
GRUPO 2: Martes de 20:30 a 22:30 horas.
GRUPO 3: Jueves de 20:30 a 22:30 horas.
LUGAR: Aula de cocina
PRECIO: 60 euros.

Curso de mantenimiento del automóvil para mujeres:

FECHAS: Por determinar
DURACIÓN: 10 horas.
HORARIO: por determinar.
LUGAR: Talleres Alumbremos.
PRECIO: 5 euros.





MEMBRILLA CIUDAD EDUCADORA - TALLERES Y ACTIVIDADES CURSO 2016/2017
SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN

(Acompañar fotocopia hoja libreta con datos bancarios y fotocopia DNI)

Nombre del alumno/a	
DNI	
Teléfono	
Dirección	
Fecha de nacimiento:	

Servicio que convoca el curso (marcar una x en la casilla correspondiente)

Universidad Popular	
Actividades Extracurriculares	
Escuela de Música	
Consejo Municipal de Deportes	
Centro de la Mujer	
Servicios Sociales	

Nombre del curso o taller	
Grupo	
Precio	

AUTORIZACIÓN DEL USO DE LA IMAGEN DE LOS ALUMNOS POR EL AYUNTAMIENTO DE MEMBRILLA.

El derecho de la propia imagen está reconocido en el artículo 18.1 de la Constitución Española y regulado por la Ley Orgánica 1/1982, de 5 de mayo, de protección civil del derecho al honor, a la intimidad personal y familiar y a la propia imagen y la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de Datos de Carácter Personal.

D./D^a. _____ con NIF: _____

Como padre/madre o tutor del menor: _____

- Autorizo al Ayuntamiento de Membrilla a hacer uso de las imágenes tomadas en actividades lectivas y complementarias organizadas a través de las distintas Concejalías.

Membrilla a _____ de septiembre de 2016
Firma

MEMBRILLA CIUDAD EDUCADORA - TALLERES Y ACTIVIDADES CURSO 2016/2017
RESGUARDO PARA EL ALUMNO

Nombre del alumno/a	
Nombre del curso o taller	
Grupo	

Membrilla a _____ de septiembre de 2016
Firma



BONIFICACIONES ESTABLECIDAS, SEGÚN LA ORDENANZA 28, SOBRE IMPARTICIÓN DE CURSOS POR PARTE DEL AYUNTAMIENTO.

Bonificaciones para casos de necesidad social debidamente acreditada y justificada mediante informe de Servicios Sociales Municipales, exclusivamente por causas de desventaja social:

- En caso de ser familias monoparentales, con un hijo o más a cargo, y en caso de estar en paro o situación de desventaja social se aplicará un descuento del 20% para el primer curso, y un 25% para cada curso en caso de haber más matrículas.
- En caso de ser una unidad familiar formada por dos cónyuges sin hijos a cargo, si están ambos cónyuges en paro o situación de desventaja social, se aplicará un descuento de un 10% para el primer curso, y un 15% para cada curso en caso de haber más matrículas.
- En caso de ser una unidad familiar formada por uno, dos o más hijos a cargo, y estar ambos cónyuges o uno de ellos en paro o en situación de desventaja social, se aplicará un descuento de un 20% a cada miembro de la unidad familiar por el primer curso, ampliándose a un 25% en la matrícula de un segundo curso para cada miembro.
- En caso de ser una unidad familiar numerosa con tres o más hijos a cargo, se aplicará un descuento de un 10% a cada miembro de la unidad familiar por el primer curso, ampliándose a un 15% en la matrícula de un segundo curso para cada miembro.
- En aquellos casos individuales donde hubiera situación de desempleo o desventaja social, se aplicará un 20% en la matrícula del primer curso y un 25% en la segunda matrícula.
- En aquellos casos individuales o unidades de convivencia familiar en la que la situación sea de emergencia social, se realizará un estudio por parte de Servicios Sociales para realizar un informe que determine el porcentaje de descuento adaptado a las necesidades, hasta una bonificación del 50%.

CRITERIOS GENERALES.

CURSO 2016 / 2017

·La organización se reserva la posibilidad de anular, variar los lugares y/o días de celebración de las distintas actividades, así como de anular algún curso por razones de número de inscripciones, monitor u otra circunstancia ajena a esta organización.

·Para matricularse en cualquiera de los cursos es imprescindible presentar solicitud de inscripción, original o fotocopia de la primera página de la libreta bancaria, donde quiera cargar el importe del curso/taller.

·Deberá aparecer el nombre del alumno, nombre de la persona titular de la cuenta y D.N.I.

·El mínimo de participantes para impartir un curso no podrá ser inferior a 10 alumnos excepto los cursos relacionados con Nuevas Tecnologías que serán necesarios 8 alumnos. En aquellos cursos cuyo número de solicitudes exceda del máximo permitido, la selección se realizará por orden de inscripción. Los cursos de deportes se rigen por los criterios particulares de cada curso

·Para matricularse en cualquiera de los cursos tendrán preferencia las personas empadronadas en Membrilla.

·Una vez iniciado el curso, en caso de abandono del mismo, no se devolverá el importe de la matrícula ni parte proporcional, salvo causa de fuerza mayor o cuestiones de salud. Siempre dentro del primer trimestre del curso. Después no se devolverá el importe de la matrícula bajo ningún concepto.

·El coste que conlleva la devolución de recibos correrá por cuenta del alumno.

·Cada curso o servicio lleva sus plazas particulares.

·El precio de los distintos cursos está sujeto a la ordenanza fiscal Nº 28.- Precio público para la impartición de cursos a cargo del Ayuntamiento.

Más información en: www.aytomembrilla.org



Ayuntamiento de
Membrilla



Castilla La Mancha



DIPUTACION DE
CIUDAD REAL



membrilla



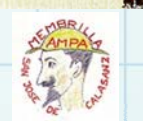
Concejalía de Deportes



Concejalía de
Juventud



Concejalía de
Juventud



ESCUELA
MUNICIPAL
DE
MÚSICA
MEMBRILLA



Concejalía de la
Mujer