

CENTRO DE LA MUJER



ALMERÍA
CIUDAD

DEL 2 DE OCTUBRE
AL 15 DICIEMBRE

C/ Antonio Muñoz Zamora nº 5 04007 Almería
centromujer.cortijo@aytoalmeria.es
Tlf: 950 267 992

SI AÚN NO ERES USUARIO@HAZTE EN

MujerAlmería.es

CORTIJO GRANDE

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

ACTIVIDAD FÍSICA SALA 1

Yoga - 48,40€

Lunes y Miércoles 9:00 - 10:30h

Martes y Jueves 16:30- 17:30h - **36,30€**

Pilates - 36,30€

Lunes y Miércoles 10:30 - 11:30h

Lunes y Miércoles 16:30 - 17:30h

Martes y Jueves 18:30 - 19:30h

Martes y Jueves 19:30 - 20:30h

Pilates mixto - 36,30€

Martes y Jueves 17:30 - 18:30h

Yogalates - 48,40€

Lunes y Miércoles 11:30 - 13:00h

Sevillanas mixto - 36,30€

Lunes y Miércoles 17:30 - 18:30h

Ritmos Latinos mixto - 36,30€

Lunes y Miércoles 18:30 - 19:30h

Afrobeat mixto - 36,30€

Lunes y Miércoles 19:30 - 20:30h

Viernes 18:30 - 20:30h

Danza Oriental II - 36,30€

Lunes y Miércoles 20:30 - 21:30h

GAP - 36,30€

Martes y Jueves 9:30 - 10:30h

Martes y Jueves 20:30 - 21:30h

Cardio Dance - 36,30€

Martes y Jueves 10:30 - 11:30h

Stretching - 36,30€

Martes y Jueves 11:30 - 12:30h

Flamenco mixto - 36,30€

Martes y Jueves 12:30 - 13:30h

Meditación y Gimnasia

Terapéutica mixta - 36,30€

Viernes 9:30 - 11:30h

Higiene Postural mixta - 36,30€

Viernes 11:30 - 13:30h

Bailes de Salón en Pareja

mixto - 36,30€

Viernes 16:30 - 18:30h

ACTIVIDAD FÍSICA SALA 2

Pilates mixto - 36,30€

Lunes y Miércoles 9:30 - 10:30h

Martes y Jueves 19:00 - 20:00h

Yogalates mixto - 48,40€

Lunes y Miércoles 10:30 - 12:00h

Yogalates - 36,30€

Martes y Jueves 9:15 - 10:15h

Martes y Jueves 18:00 - 19:00h

Viernes 11:15 - 13:15h

Yoga - 36,30€

Viernes 9:15 - 11:15h

Yoga mixto - 48,40€

Lunes y Miércoles 12:00 - 13:30h

Taichi I mixto - 36,30€

Lunes y Miércoles 17:30 - 18:30h

Lunes y Miércoles 18:30 - 19:30h

Martes y Jueves 11:15 - 12:15h

Martes y Jueves 12:15 - 13:15h

Taichi II mixto - 36,30€.

Lunes y Miércoles 19:30 - 20:30h

Pilates Balón - 36,30€

Lunes y Miércoles 16:30 - 17:30h

Martes y Jueves 10:15 - 11:15h

Martes y Jueves 17:00 - 18:00h

Dance Fit - 36,30€

Martes y Jueves 20:00 - 21:00h

Salud Cardiovascular mixto - 36,30€

Lunes y Miércoles 20:30 - 21:30h

Sevillanas inicio mixto - 36,30€

Viernes 16:30 - 18:30h

Flamenco mixto - 36,30€

Viernes 18:30 - 20:30h

TALLERES MIXTOS

Taller de Memoria - 30,25€

Martes 9:15 - 11:15h

Diseño, Corte y Confección avanzado

Martes 11:15 - 13:15h - **42,35€**

Viernes 18:30 - 20:30h - **36,30€**

Diseño, Corte y Confección inicio - 36,30€

Jueves 9:15 - 11:15h

Jueves 19:30 - 21:30h

Viernes 11:15 - 13:15h

Coro - 42,35€

Martes 18:30- 20:00h y Viernes

17:00 - 18:30h

Gestión Emocional - 30,25€

Viernes 9:15 - 11:15h

Viernes 11:30 - 13:30h

Artes Decorativas - 36,30€

Jueves 11:15 - 13:15h

Dibujo y Pintura - 42,35€

Jueves 16:30 - 19:30h

Guitarra inicio

Martes 16:30 - 18:30h - **42,35€**

Jueves 16:30 - 18:30h - **36,30€**

Guitarra medio - 36,30€

Lunes y Miércoles 19:30 - 20:30h

Jueves 18:30 - 20:30h

Fotografía inicio - 42,35€

Lunes 17:00 - 19:00h

Lunes 19:00 - 21:00h

Viernes 18:30 - 20:30h - **36,30€**

Fotografía avanzado - 36,30€

Viernes 16:30 - 18:30h

Miércoles 17:00 - 19:00h

Miércoles 19:00 - 21:00h

SÍGUENOS EN NUESTRAS
REDES SOCIALES



Centro de la Mujer Almería



@centromujeralmeria



Centro de
la mujer

INFORMÁTICA MIXTA

Informática para los que empiezan - 42,35€

Lunes y Miércoles 11:15 - 12:15h

Informática Doméstica - 42,35€

Lunes y Miércoles 12:15 - 13:15h

Informática Perfeccionamiento - 42,35€

Lunes y Miércoles 9:15 - 10:15h

Uso del Teléfono Móvil (android) - 42,35€

Lunes y Miércoles 10:15 - 11:15h

Edición de Imágenes - 48,40€

Martes 11:15 - 13:15h

Diseño de Cartelería - 42,35€

Jueves 11:15 - 13:15h

INGLÉS Y FRANCÉS MIXTO

Inglés 0 - 36,30€

Lunes y Miércoles 8:30 - 9:30h

Lunes y Miércoles 16:30 - 17:30h

Inglés 1 - 36,30€

Lunes y Miércoles 12:30 - 13:30h

Lunes y Miércoles 18:30 - 19:30h

Inglés 2 - 36,30€

Lunes y Miércoles 9:30 - 10:30h

Lunes y Miércoles 17:30 - 18:30h

Inglés 3 - 36,30€

Lunes y Miércoles 11:30h - 12:30h

Inglés 5 - 36,30€

Lunes y Miércoles 10:30h - 11:30h

Francés 0 - 42,35€

Martes 16:30 - 18:30h

Francés 1 - 42,35€

Martes 18:30 - 20:30h

ACTIVIDADES EN EGO SPORT CENTER

Pádel 2 - 36,30€

Lunes y Miércoles 10:00 - 11:00h

Lunes y Miércoles 16:30 - 17:30h

Pádel 1 - 36,30€

Martes y Jueves 10:00 - 11:00h

Martes y Jueves 16:30 - 17:30h

Natación - 36,30€

Martes y Jueves 11:15 - 12:00h

Martes y Jueves 16:45 - 17:30h



¿QUÉ ES UN BDT?

Infórmate y descubre como realizar múltiples actividades cambiando tiempo por tiempo.

Es el primer banco que funciona sin dinero. En este banco únicamente puedes depositar tiempo que podrás intercambiar con el de otros a través de la prestación de servicios, intercambio de habilidades o conocimientos. No supone realizar una actividad continua, son intercambios puntuales, pero aportan tiempo, sabiduría, compañía, confianza...

Para participar contactanos en el **950 210 073** o escríbenos al email bdtalmeria@aytoalmeria.es

MATRICULACION PRESENCIAL

• De lunes a viernes, de 8:30 a 13:30h •

Desde el 11/9 hasta completar aforo - Actividad física

Desde el 18/9 hasta completar aforo - Talleres, informática e idiomas.

MATRICULACION ONLINE

• Desde las 8:30h •

Desde el 11/9 hasta completar aforo - Actividad física

Desde el 18/9 hasta completar aforo - Talleres, informática e idiomas.

- El Centro de la Mujer se reserva el derecho a realizar variaciones en los grupos en función de la demanda y las matriculaciones.
- Disponemos de plazas para hombres en las actividades denominadas como mixtas.
- Precios por programación.



SERVICIO DE ÁREA INFANTIL GRATUITO.

En horario de tarde (3 a 12 años)