

Yoga, ejercicio y enriquecimiento personal

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Yoga 1	M y J: 9:30 - 11:00	Servicio de Participación Ciudadana, Ayuntamiento de Valladolid
Yoga 2	M y J: 11:00 - 12:30	
Yoga 3	M y J: 16:30 - 18:00	<u>Inscripción online</u> del 1 al 12 de sept.
Yoga 4	M y J: 18:00 - 19:30	<u>Inscripción presencial en centro cívico:</u> 12 de sept de 10:00 a 13:00
Pilates 1	L, X y V: 09:30 - 10:30	ASOCIACIÓN VECINAL "EL REFUGIO"
Pilates 2	L, X y V: 10:30 - 11:30	Telf.: 983 310 470 Pasaje Dr. Barraquer, s/n. aavvelrefugio@hotmail.com
Pilates 3	L, X y V: 11:30 - 12:30	
Pilates 4	L, X y V: 12:30 - 13:30	
Meditación	J: 18:00 – 19:00	Para el taller de meditación: - Información e inscripciones al 605 09 82 68
Yoga dinámico	L y M: 19:30 - 21:00	
Cinefórum (solo último viernes de cada mes)	V: 19:30 - 21:30	
Reiki	X: 19:00 - 21:00	ASOCIACIÓN CULTURAL "DESARROLLO PERSONAL" angelprietoma@gmail.com Telf.: 637 847 608
Talleres diversos sobre "Desarrollo Personal"	J: 19:00 - 21:30	
Chi kung	V: 18:30 - 20:00	
Taller "Mejora Personal"	M: 19:30 - 21:00	
Pilates	M y J: 12:45 – 13:45	ASOCIACIÓN AMIGOS DEL PILATES asociacion.amigosdelpilates@hotmail.com Telf.: 699 32 41 08 (inscripciones por whatsapp a este número)

Información general:

- Las actividades pueden variar por organización de las entidades.
- Contactar con las asociaciones o entidades organizadoras (teléfonos, e-mails o direcciones indicadas).
- El coste máximo por actividad será de 2,38 €/hora (incluida posible matrícula y precio mensual prorrataeado).
- Está prohibida la venta de productos y/o servicios durante el desarrollo de las actividades en el Centro Cívico.

Programa de actividades curso 2025 - 2026



**CENTRO CÍVICO
ESGUEVA**



Ayuntamiento de
Valladolid

Concejalía de Participación Ciudadana y Deportes

info: <http://www.valladolid.es/es/ciudad/participacion-ciudadana>

Teatro, baile y música

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Sevillanas 1	L: 16:30 - 17:30	ASOCIACIÓN VECINAL “EL REFUGIO” Telf.: 983 310 470 Pasaje Dr. Barraquer, s/n. aavvelrefugio@hotmail.com
Sevillanas 2	X: 16:30 - 17:30	
Tango	X: 20:00 - 21:15	Asociación VALLISOLETANGO vallisoletango@vallisoletango.com Telf.: 675 90 72 67 La inscripción se realiza en el propio taller de tango, responsabilizándose de acudir regularmente a las prácticas que se realizan.

Pintura, manualidades, labores

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Óleo y restauración	J: 18:00 - 20:00	ASOCIACIÓN VECINAL “EL REFUGIO” Telf.: 983 310 470
Bolillos 1	X: 16:30 - 18:30	Pasaje Dr. Barraquer, s/n. aavvelrefugio@hotmail.com
Bolillos 2	V: 16:30 - 18:30	

Actividades juveniles

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Rol 1 y 2	V: 17:00 - 21:30	ASOCIACIÓN “ROL INDEPENDIENTE PUCELANO” rol.independiente.pucelano@gmail.com En Instagram: @rolindependientepucelano

Cultura y formación

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Cultura 1A	L: 10:00 – 11:30 X: 10:00 - 11:30 M y J: 16:30-18:00	
Cultura 1B	L: 11:30 - 13:30 M y J: 12:00 - 13:30	
Cultura 2A	L, M, X y J: 16:30 - 18:00	APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA (FECEAV) lapalabrafeceav@gmail.com Tlf.: 983 21 01 62 666003051 (Yolanda) 673444142 (Isabel)
Cultura 2B	M: 16:30 - 20:30 X: 16:30 - 20:30 X: 16:30-20:30 J: 18:00-20:00	
Cultura 3	L, M, X y J: 10:00 – 11:30	Inscripciones (despacho Cívico): 9, 10 y 11 de septiembre de 11h a 13h. Del 12 al 23 de septiembre de 11h a 13h y de 18:00h a 19:30h (excepto viernes, que sólo será por la mañana).
Gestión Emocional	X: 16:30-18:30	
Memoria 1 y 2	X: 12:00 - 14:00	
Memoria 3	L: 18:00 – 20:00	
Ciudadanía digital (informática y uso de móvil)	J: 11:45-13:45	
Clase de Apoyo	X: 11:30 – 13:30	
Tertulia literaria	M: 10:30 – 12:30	
Taller de Memoria	V: 17:00-19:00	ASOCIACIÓN VECINAL “EL REFUGIO” Telf.: 983 310 470 Pasaje Dr. Barraquer, s/n. aavvelrefugio@hotmail.com

Estamos en: C/ Madre de Dios, 20
Teléfono: 983 31 04 65 / Correo electrónico: cces@ava.es

