

## Cocina y otras actividades personas adultas

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Entidad/Asociación
Cocina (2 talleres)	V		EDIS Ayuntamiento ( CEAS 983360005)
Cocina	J	J	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Cocina		M	A.V. Villa de Prado (asocvilladeprado@hotmail.com)
Cocina	X		Feafes-Valladolid "El Puente" (983356908)
Cocina	M		CPM Huerta del Rey (983363515)
Cocina	L		Hospital Universitario Río Hortega
Repostería para principiantes		V	A.V. Monasterio de Prado (avvmonasterio@gmail.com)
Enología		L, X	A.V. Villa de Prado (asocvilladeprado@hotmail.com)

## Actividades infantiles y juveniles

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Inscripciones
Cuentacuentos (4-7 años)		L	Biblioteca Mpal Fco. Pino (c/F.Hdez Pacheco s/n 983143004)
Intervención educativa		J	CEAS Huerta del Rey-Girón
Clases de ajedrez (2 talleres)		J	Federación de CyL de Ajedrez (dvajedrez@gmail.com)
Rol educativo (4 talleres)	S	S	A. CyL. Altas Capacidades (acylac@gmail.com 629947566)
Mindfulness	S		A. CyL. Altas Capacidades (acylac@gmail.com 629947566)
Danza moderna		M	Teatro del Aire (teatrodelaire@hotmail.com 609 01 41 82)
Flamenco infantil		Mi	Teatro del Aire (teatrodelaire@hotmail.com 609 01 41 82)
Pintura y creatividad (3talleres)		Mi	A. C. Artilunios (info@artilunios.com 675 617 435)
Creatividad (2 talleres)		J	A. C. Artilunios (info@artilunios.com 675 617 435)
Arquitectura para (8-14 años)		Mi	Idesol instituto para el Desarrollo (idesolcyl@gmail.com 649569716)
Progr. Socioeducativo Prodepa		J	EDIS Ayuntamiento ( CEAS 983360005)
Let's Dance en Ingles (7-14 años)		V	Baile Fox (Sarahybaile@gmail.com 693903971)
Let's Dance en Ingles(4-7años)	S	J	Baile Fox (Sarahybaile@gmail.com 693903971)
Danza-expres.corporal(5-8año)		V	A. Radhanil (margaritanietomartin@yahoo.es 666081713)
Danza-expres.corporal(9-13añ)		V	A. Radhanil (margaritanietomartin@yahoo.es 666081713)

## Puntos de atención e información//Autoayuda

Entidad/Asociación	mañana	tarde	Contacto
Punto de Información ARVA (Alcohólicos rehabilitados de Valladolid)	J		ARVA (Alcohólicos rehabilitados de Valladolid) (presidenciaarva@hotmail.com)
Apoyo post-parto y lactancia	J ó V		A. Creciendo Juntos (reddemar@gmail.com)
Higiene, sueño y alimentación (quincenal)	J		Hospital U. Río Hortega

Para más información sobre las actividades, podrá ponerse en contacto con las asociaciones o entidades promotoras de las mismas a través de los teléfonos o direcciones que aparecen en el folleto.

Se informa que el coste de las actividades cuyas horas lectivas al mes sean menos de 16 horas, no podrán superar el precio mensual de 16,50 €.

**un espacio para la participación**

estamos en: Calle Pío del Río Hortega, 13  
teléfono: 983 354735  
correo electrónico: [cchr@ava.es](mailto:cchr@ava.es)

# Programa de actividades curso 2019-2020

**espacio amigo**



**CENTRO CÍVICO  
JOSÉ LUIS MOSQUERA**



**Ayuntamiento de Valladolid**  
Concejalía de Participación Ciudadana y Deportes

## Cultura y formación

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Inscripciones
Historia	J		Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Historia del Arte	L,M,Mi	M	Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Historia del Arte de Valladolid	M	Mi	Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Historia del Arte		Mi	Idesol Instituto para el Desarrollo (idesolcyl@gmail.com 649569716)
Historia del Arte de Valladolid	V	L	A.V. Monasterio de Prado (avvmonasterio@gmail.com)
Caligrafía (1y3 sábado del mes)	S	S	A. Alcuino para recuperación caligraf. (ttriti302000@yahoo.es)
Tv-audiovisuales		V	Hospital Universitario Río Hortega
Hebreo moderno. textos		M	A.C. Peregrino (asociacionperegrino@gmail.com)
Hebreo moderno. Música y letra		Mi	A.C. Peregrino (asociacionperegrino@gmail.com)
Arquitectura, responsable, descubre Valladolid, etc	L, M	J	Territorio Expérides(territorioexperides@gmail.com 676209623)
CEAS	L, M, Mi		Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Biología	L,Mi,J	L	Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Ingles	M,J	L,Mi	Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
CLEN-1		L,M,Mi,J	Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Cultura	M,Mi	L, M,J	Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)
Cultura		L-Mi	AME-"Escuelas Isabel La Católica" (mariapezariassoriano@gmail.com)
Animación tertulia	M,Mi		Programa Mpal A lo largo de la Vida (983360063)

## Teatro, baile y música

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Inscripciones
Teatro		Mi	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Bailes latinos		J	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Bailes latinos (2 talleres)		L	As. Bailasalsa (bailasalsa@bailasalsa.es 629271080)
Bailes latinos		J, S	Baile Fox (Sarahybaile@gmail.com 693903971)
Flamenco		Mi	Teatro del Aire (teatrodelaire@hotmail.com 609 01 41 82)
Sevillanas		M, Mi	Teatro del Aire (teatrodelaire@hotmail.com 609 01 41 82)
Danzas tradicionales		L	As. La Trébede (latrebedevalladolid@yahoo.es)
Danza oriental		V	A. Radhanil (margaritanietomartin@yahoo.es 666081713)
Bollywood		V	A. Radhanil (margaritanietomartin@yahoo.es 666081713)
Danza Afrobrasileña		V	A. Sambadouro (purabaila@gmail.com 652208125)
Coro	S	Mi	Coro Vox Vitae (lucmargua@gmail.com )
Coral		Mi	Coral Pneuma (lolagarmon1559@gmail.com )
Coro		M-V	As. Coro Matices (paulinorodrigom@gmail.com)
Coro		J	Coral Primo Tempo (a.bmv@hotmail.com)

## Pintura y manualidades

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Inscripciones
Pintura al óleo	L		A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Dibujo y Pintura		M	A.V.Feria de Muestras-H. R.(Av. Ramón Pradera 16 983339765)
Corte y confección (2 talleres)	M		A.V. Monasterio de Prado (avvmonasterio@gmail.com)
Corte y confección (2 talleres)		M	A.V. Monasterio de Prado (avvmonasterio@gmail.com)
Modelismo estático		S	A.C. vallisoletana de modelismo(angelarjon@gmail.com)
Manualidades		J	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Pintura "Otra manera de pintar"	M	L	A.V. Monasterio de Prado (avvmonasterio@gmail.com)

## Salud y enriquecimiento personal

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Inscripciones
Body Rolling		M	Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Bodycomplet	J		C.D.La Victoria (clubdeportivolavictoria@hotmail.com 983118161)
Educación emocional		Mi	Energía Arte(actividadesenergiadelarte@gmail.com 625408557)
Escuela de Espalda (4talleres)	M-J		Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Pilates (2 talleres)		L-Mi	Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Pilates		L	Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Pilates (2 talleres)		V	Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Pilates		M-Mi	C.D.La Victoria (clubdeportivolavictoria@hotmail.com 983118161)
Pilates		V	Energía Arte(actividadesenergiadelarte@gmail.com 625408557)
Gimnasia hipopresiva	Mi-V		Amigos del Pilates (asociacion.amigosdelpilates@hotmail.com)
Pilates (2 talleres)	Mi-V		Amigos del Pilates (asociacion.amigosdelpilates@gmail.com)
Yoga (2 talleres)	L-Mi		Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Yoga (2 talleres)		M-J	Fundación Municipal de Deportes (983426313)
Yoga		L-Mi	A. T. Nadel (beatrizcarboterapias@gmail.com 647810022)
Yoga	M-J		Energía Arte(actividadesenergiadelarte@gmail.com 625408557)
Mindfulness		Mi	A. Renertuz, renacer ante la luz(renertuz18@gmail.com)
Zumba		J, L	A.V. Monasterio de Prado (avvmonasterio@gmail.com)
Zumba		L-Mi	C.D.La Victoria (clubdeportivolavictoria@hotmail.com 983118161)
Zumba o pilates	L-Mi		C.D.La Victoria (clubdeportivolavictoria@hotmail.com 983118161)
Yoga de la risa	L ó M		A. P. Holística Advaitaluz (advaitaluz@gmail.com 630945004)
Meditación "gestión a la atención"		V	A. P. Holística Advaitaluz (advaitaluz@gmail.com 630945004)
Inteligencia emocional		M	A. P. Holística Advaitaluz (advaitaluz@gmail.com 630945004)
Vitalidad y sentido de humor		V	A. P. Holística Advaitaluz (advaitaluz@gmail.com 630945004)
Mindfulness y desarrollo personal		Mi	A. P. Holística Advaitaluz (advaitaluz@gmail.com 630945004)
Mejora tu salud	Mi		A. P. Holística Advaitaluz (advaitaluz@gmail.com 630945004)
Zumba	L, Mi		A. Tandem Life (a.tandemlife@gmail.com)
Aerozumba	L-Mi-V	L-Mi	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Taichi		M-J	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Taichi// Chi-kung		X	A.V.Feria Muestras-H. R.(Av.Ramón Pradera16 983339765)
Estimulación cognitiva	M, J		Feafes-Valladolid "El Puente" (983356908)
Gimnasia Hipopresiva	M-V	L, J	C.Deportivo Sport-out(sport-outh@hotmail.com 635539111)
Espalda sana		J	C.Deportivo Sport-out(sport-out@hotmail.com 635539111)
Pilates y Yoguilates	L-Mi		A. Bienestar y Armonía (asociacionbienestaryvalladolid@gmail.com 665669309)
Pilates y Yoguilates (2 talleres)	M-J		A. Bienestar y Armonía (asociacionbienestaryvalladolid@gmail.com 665669309)
Iniciación al Sahaja Yoga		S	A.C. Sahaja Yoga(anacruzpinedo66@gmail.com 635400356)
Reiki		V	A. Renertuz, renacer ante la luz(renertuz18@gmail.com)

## Cultura y formación

ACTIVIDAD	mañana	tarde	Inscripciones
La mirada sobre el texto	V		A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Animación lectura y escritura creativa		X	A.V. Pisuerga-Huerta del Rey. (c/ Arado 1-3 983376345)
Club de Lectura		Mi (1 al mes)	Biblioteca Mpal Fco. Pino (c/F.Hdez Pacheco s/n 983143004)
Taller de escritura adultos	Mi		Biblioteca Mpal Fco. Pino (c/F.Hdez Pacheco s/n 983143004)
Socioeducativo	J y Mi	J	EDIS Ayuntamiento ( CEAS 983360005)