

## Actividades infantiles y juveniles

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Ballet (4-6 años)	J: 17:00 - 18:05	
Ballet (7-9 años)	J: 18:05 - 19:10	
Ballet	S: 11:15 - 12:30	
Flamenco	J: 19:10 - 20:15	
Flamenco	S: 12:30 - 13:45	
Teatro 1	V: 17:00 - 18:15	
Teatro 2	V: 18:15 - 19:30	
Guitarra	V: 17:00 - 18:30	A.V. COVARESA ----- Telf.: 601 337 152
Danza en Familia	V: 17:00 - 18:30	Asociación ENERGÍA DEL ARTE ----- Telf.: 695 289 777
La Hora del Cuento	J: 17:30 - 18:30	Biblioteca PARQUE ALAMEDA ----- Telf.: 983 426 309
Ajedrez (Iniciación)	L: 16:00 - 17:00	Delegación Vallisoletana de Ajedrez ----- Telf.: 687 103 198
Ajedrez (Intermedio)	L: 17:00 - 18:00	e-mail: <a href="mailto:clasesdeajedrezvalladolid@gmail.com">clasesdeajedrezvalladolid@gmail.com</a>
Ajedrez (Avanzado)	L: 18:00 - 19:00	Más información: <a href="https://www.dvajedrez.com">https://www.dvajedrez.com</a>
Juegos de Mesa	S: 10:00 - 13:45	Asoc. LA POSADA LUDICA -- e-mail: <a href="mailto:laposadaludica@gmail.com">laposadaludica@gmail.com</a>
Grupo Scout IMPEESA	S: 16:00 - 19:00	ASDE - Exploradores de Castilla y León ----- Telf.: 983 307 047

## Yoga, ejercicio y enriquecimiento personal

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Yoga 1	M y J: 9:30 - 11:00	
Yoga 2	M y J: 11:00 - 12:30	
Yoga 3	L y X: 20:00 - 21:30	
Yoga 4	M y J: 17:00 - 18:30	
Yoga 5	L y X: 9:30 - 11:00	
Yoga 6	L y X: 11:00 - 12:30	
Yoga Mayores	X y V: 16:00 - 17:00	Centro Vida Activa Zona Sur ----- Telf.: 983 457 432
Zumba 1	L: 18:30 - 19:30	A.V. POETA JOSÉ ZORRILLA
Zumba 2	X: 18:30 - 19:30	Telf.: 644 093 410
Yoga 1	L y X: 13:00 - 14:00	
Yoga 2	M y J: 12:30 - 13:30	
Yoga 3	J: 10:00 - 11:00	
Pilates 1	L y X: 20:30 - 21:30	
Pilates 2	M y J: 20:30 - 21:30	
Pilates 3	M y J: 19:30 - 20:30	
Escuela de Espalda 1	L y X: 11:00 - 12:00	
Escuela de Espalda 2	L y X: 12:00 - 13:00	
Pilates 2	M y J: 11:00 - 12:00	
Pilates 3	L y X: 18:30 - 19:30	
Zumba	L y X: 17:30 - 18:30	
Yogalates	L y X: 10:00 - 11:30	
Pilates 1	V: 9:30 - 11:30	
Pilates 2	V: 11:30 - 13:30	
Yoga	L y X: 11:30 - 12:45	
Yogalates	X: 18:00 - 20:00	
Pilates Terapéutico/Estira.	M y J: 9:00 - 10:00	
Pilates Funcional	M y J: 12:00 - 13:45	
Técnica Postural	X: 12:15 - 13:45	
	V: 10:15 - 11:45	
		Asociación ENERGÍA DEL ARTE Telf.: 695 289 777

Folleto Actualizado en fecha: 27/08/2025

# Programa de actividades curso 2025-2026



## CENTRO CÍVICO JOSÉ MARÍA LUELMO



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
Guitarra Iniciación	J: 17:00 – 18:30	
Guitarra Nivel Medio	J: 18:30 – 20:00	
	V: 18:30 – 20:00	A.V. COVARESA Telf.: 601 337 152 C/ Felipe S. Román, 11, Bajo
Guitarra Clásica	J: 20:00 – 21:30	
Guitarra Nivel Avanzado	V: 20:00 – 21:30	
Coral "Parque Alameda"	X: 19:30 – 21:00	A.V. PARQUE ALAMEDA
Teatro "Alfredo Quintero"	M y J: 18:30 – 20:00	Telf.: 983 131 174
Zarzuela "Quintero-Moral"	M y V: 19:30 – 21:30	C/ Cabrera 1, Bajo
Teatro "Talía"	L: 19:00 – 21:00	Grupo TALÍA
	V: 18:00 – 20:30	En Centro Cívico, durante el ensayo
Teatro "La otra Cuerda"	M y J: 17:00 – 19:00	Grupo "LA OTRA CUERDA" ----- En Centro Cívico, durante el ensayo
Tango	L: 20:00 – 21:30	Asociación VALLISOLETANGO --- <a href="mailto:vallisoletango@vallisoletango.com">vallisoletango@vallisoletango.com</a>
Sevillanas Iniciación	M: 17:00 – 18:00	CÍRCULO DE CULTURA POPULAR "LUZ"
Sevillanas Perfeccionamiento	M: 18:00 – 19:00	Telf.: 983 236 664
Bailes Variados	J: 18:30 – 20:00	A.V. POETA JOSÉ ZORRILLA
	J: 20:00 – 21:30	Telf.: 644 093 410
Teatro "Creando Barrio"	M: 19:00 – 21:00	e-mail: <a href="mailto:avpoetajosezorrilla@gmail.com">avpoetajosezorrilla@gmail.com</a>
Salsa (multinivel)	J: 20:15 – 21:30	
Party Dance	V: 10:45 – 12:30	
Bachata (2º Año)	V: 18:30 – 19:45	Asociación RITMO Y LEGADO
Bachata (Inicial)	V: 20:00 – 21:15	Tel.: 633 242 292 En Centro Cívico, durante actividad
Coral Valparaíso	L y X: 19:30 – 21:30	<a href="mailto:coralvalparaiso@gmail.com">coralvalparaiso@gmail.com</a> ----- En Centro Cívico, durante actividad
Danzas del Mundo	X: 19:30 – 21:00	<a href="mailto:radalaila@hotmail.com">radalaila@hotmail.com</a> ----- En Centro Cívico, durante actividad
Ensayo Canto	M: 19:00 – 21:00	Coro ENTREAMIGOS ----- e-mail: <a href="mailto:eamigos360@gmail.com">eamigos360@gmail.com</a>

## Pintura, manualidades, labores

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Pintura al Óleo 1	M: 16:30 – 18:30	
Pintura al Óleo 2	M: 18:30 – 20:30	
Pintura al Óleo 3	J: 11:30 – 13:30	A.V. PARQUE ALAMEDA
	X: 11:00 – 12:30	Telf.: 983 131 174
Punto y Labor	X: 18:30 – 20:00	C/ Cabrera 1, Bajo
Pintura	L: 11:00 – 13:00	
	X: 11:00 – 13:00	Asociación PICTÓRICA ART-E ----- Telf.: 618 386 148
Labores	L: 16:30 – 18:30	
	M: 16:30 – 18:30	Club de Labores MIL AGUJAS ----- Telf.: 620 787 161
	X: 16:30 – 18:30	
Patchwork	J: 10:00 – 12:00	Asociación NADEL ----- Telf.: 630 729 927

## Cocina

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Cocina	L: 11:00 – 13:15	
	M: 11:00 – 13:15	A.V. COVARESA
	J: 11:00 – 13:15	Telf.: 601 337 152
	J: 19:15 – 21:30	C/ Felipe S. Román, 11, Bajo
Cocina Inicio	V: 11:00 – 13:15	
	M: 19:15 – 21:30	

## LAS ACTIVIDADES PUEDEN VARIAR A INSTANCIA DE LAS ENTIDADES

Más información sobre actividades: Contactar con las asociaciones o entidades organizadoras (teléfonos o direcciones indicadas). El coste máximo por actividad será de 2,38 €/hora; excepción: Talleres de cocina.

Estamos en: C/Armuña, 3 / Teléfono: 983 13 00 30 / Correo electrónico: [ccjml@ava.es](mailto:ccjml@ava.es)

## Cultura y formación

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Cultura Básica 1	L: 16:00 – 18:00	
	X: 16:00 – 18:00	
	J: 16:00 – 18:00	
Cultura Básica 2	L: 18:00 – 20:00	
	X: 18:00 – 20:00	
	J: 18:00 – 20:00	
Historia a través del Cine 1	X: 9:30 – 11:30	
Ágilmente – Memoria	L: 16:00 – 17:30	
Escritura Creativa	M: 16:00 – 18:00	
Tertulia en Inglés Avanzado	X: 16:30 – 18:30	
Tertulia en Inglés Básico	J: 16:00 – 18:00	
Tertulia Literaria 1	J: 9:30 – 11:30	
Tertulia Literaria 2	J: 18:00 – 19:30	
Sentirse Bien	J: 11:30 – 13:30	
Ciudadanía Digital 1	L: 16:00 – 18:00	
Ciudadanía Digital 2	M: 16:00 – 18:00	
Ciudadanía Digital 3	X: 16:30 – 18:30	
Andamios de la Lengua	J: 16:30 – 18:00	
Historia del Arte	L: 9:30 – 11:30	FECEAV (Educación de Adultos) ----- Telf.: 983 210 162
	V: 12:00 – 13:00	
Club de Lectura (mensual)	V: 18:30 – 20:00	Biblioteca PARQUE ALAMEDA
	X: 12:00 – 13:00	Telf.: 983 426 309
Historia del Arte I	J: 19:00 – 21:00	A.V. PARQUE ALAMEDA ----- Telf.: 983 131 174
Historia del Arte II	J: 17:00 – 19:00	C/ Cabrera 1, Bajo
Historia	L: 18:15 – 19:15	
Historia del Arte	L: 20:15 – 21:15	Asociación TEATRO DEL AIRE
Inglés Iniciación	J: 10:15 – 11:15	Telf.: 609 014 182
Inglés Intermedio	J: 12:15 – 13:15	
Inglés Perfeccionamiento	J: 11:15 – 12:15	
Cultura y Memoria	L: 18:00 – 20:00	Asociación PICTÓRICA ART-E
	J: 18:00 – 20:00	Telf.: 659 013 843
Francés	L: 12:00 – 13:30	
	J: 12:00 – 13:30	
Fotografía Digital Iniciación	X: 18:30 – 20:00	A.V. COVARESA
Fotografía Digital Perfeccionam.	M: 20:00 – 21:30	Telf.: 601 337 152
Inglés Conversación	M: 20:00 – 21:00	C/ Felipe S. Román, 11, Bajo
Inglés Medio	M: 19:00 – 20:00	
Informática Inicial	L: 9:30 – 11:30	
Informática Avanzada	L: 11:30 – 13:30	Asociación ENERGÍA DEL ARTE
Retoque Fotográfico	X: 9:30 – 11:30	Telf.: 695 289 777
Fotografía	X: 11:30 – 13:30	
Historia del Arte	M: 17:00 – 18:30	
El Arte de Ser Feliz	J: 20:00 – 21:30	
Inteligencia Emocional	V: 19:00 – 21:00	
Manejo de Móvil 1	L: 17:00 – 18:30	A.V. POETA JOSÉ ZORRILLA
Manejo de Móvil 2	L: 18:30 – 20:00	Telf.: 644 093 410
Manejo del Móvil 3	M: 17:00 – 18:30	e-mail: <a href="mailto:avpoetajosezorrilla@gmail.com">avpoetajosezorrilla@gmail.com</a>
Edición de Video	L: 10:30 – 12:00	
Manejo de Ordenador	L: 12:00 – 13:30	
Memoria	J: 16:30 – 18:30	Centro Vida Activa Zona Sur ----- Telf.: 983 457 432
Sensibilización para la Igualdad (actividad quincenal)	V: 19:00 – 21:00	Asociación Igualdad es Sociedad – ASIES
		Tel.: 608 489 133