

CENTRO DE MAYORES DOS AMIGOS

TALLERES 2024-2025

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00/10:00H GIMNASIA G-0	9:30/10:30H MENTE ACTIVA G-1	9:00/10:00H GIMNASIA G-0	10:00/11.30H BIENESTAR EMOCIONAL G-2	9:30/11:00H CONOCER MADRID G-3
9:30/11:00H DIBUJO Y PINTURA	10:00/11:00H PILATES	9:30/10:30H SMARTPHONE G-1 NIVEL MEDIO	10:00/11:00H PILATES	9:30/10:30H INGLÉS INICIAL
10:00/11:00H GIMNASIA-G1	10:00/11:30H INFORMÁTICA INICIACIÓN	10:00/11:00H GIMNASIA G-1	11:30/13:00H HISTORIA DEL ARTE	10:00/11:00H CUIDA TU CUERPO
10:00/11:30H BIENESTAR EMOCIONAL G-1	10:30/11:30H MENTE ACTIVA G-2	10:30/11:30H SMARTPHONE G-2 NIVEL MEDIO	11:00/12:00H CASTAÑUELAS	11:00/12:30H CONOCER MADRID G-1
11:00/12:00H GIMNASIA-G2	11:00/12:00H YOGA G-1	11:00/12:00H GIMNASIA G-2	12:00/13:00H SEVILLANAS AVANZADAS	11:00/12:00H YOGA G-1
11:30/13:00H MUSICOTERAPIA	11:30/13:00H INFORMÁTICA AVANZADA	11:30/12:30H SMARTPHONE G-3 NIVEL BÁSICO	12:15/13:15H FRANCÉS NIVEL BÁSICO B2.1.	12:00/13:00H YOGA G-2
12:00/13:00H GERONTOGIMNASIA	11:30/12:30H MENTE ACTIVA G-3	11:00/12:30H MANUALIDADES	17:00/18:00H TAICHI	12:00/13:00H COCINA CON MICROONDAS
12:00/13:00H ESCRITURA	11:00/12:00H CASTAÑUELAS	11:00/13:00H HISTORIAS DE MI BARRIO	17:00/18:00H ANTROPOLOGÍA SOCIAL	
17:00/18:30H CONOCER MADRID G-2	12:00/13:00H SEVILLANAS AVANZADAS	12:00/13:30H PERIÓDICO (Quincenal)	18:00/19:00H JUEGO DE MESA	
	12:00/13:00H YOGA G-2	12:00/13:00H GERONTOGIMNASIA		
	12:30/13:30H MENTE ACTIVA G-4	16:30/18:00H ENCAJE DE BOLILLOS		
	17:00/18:00H MENTE ACTIVA G-5	17:00/18:00H BAILES DE SALÓN		
	17:00/18:30H MINDFULNESS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES (Quincenal)	17:00/18:00H CONVERSACIÓN EN INGLÉS MEDIO		
	17:00/18:30H BAILE EN LÍNEA	17:00/18:30H MARQUETERÍA		

	TALLERES CULTURALES
	TALLERES DE ARTES ESCÉNICAS
	TALLERES TECNOLÓGICOS E INFORMÁTICOS
	TALLERES DEPORTIVOS
	TALLERES DE MANUALIDADES
	TALLERES PREVENTIVOS Y DE AUTOCUIDADO
	OTROS