

**LISTADO TALLERES Curso 2024/2025
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES "EL HENAR"
C/ Abizanda, 8**

Actividades Físicas

TALLERES ACT. FÍSICA	GRUPOS	HORARIOS
GIMNASIA	GRUPO 1	LUNES Y MIERCOLES DE 9:00 A 10:00 H
	GRUPO 2	LUNES Y MIERCOLES DE 10:00 A 11:00 H
	GRUPO 3	MARTES Y JUEVES DE 9:00 A 10:00 H
	GRUPO 4	MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00 H
PILATES	GRUPO 1	LUNES Y MIERCOLES DE 11:00 A 12:00 H
YOGA	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES DE 11:00 A 12:00 H
TAICHI	GRUPO 1	LUNES Y MIERCOLES DE 13:00 A 14:00 H

Talleres Servicio de Terapia Ocupacional y Servicio de Animación Sociocultural

SERVICIOS	GRUPOS	HORARIOS
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ (Memoria y Gerontogimnasia) Soci@s Mayores de 75 años	GRUPO 1	LUNES DE 9:00 A 10:30 H
	GRUPO 2	LUNES DE 10:30 A 12:00 H
	GRUPO 3	LUNES DE 12:00 A 13:30 H
	GRUPO 4	MIERCOLES DE 9:00 A 10:30 H
	GRUPO 5	MIERCOLES DE 10:30 A 12:00 H
	GRUPO 6	MIERCOLES DE 12:00 A 13:30 H
ACTIVA TU MENTE Soci@s Menores de 75 años	GRUPO 1	LUNES DE 10:00 A 11:00 H
	GRUPO 2	LUNES DE 11:00 A 12:00 H

Actividades Culturales

TALLERES CULTURALES	GRUPOS	HORARIOS
HISTORIA DEL ARTE	GRUPO 1	MIERCOLES DE 10:00 A 11:30 H
BAILE DE SALON EN LINEA	GRUPO 1	LUNES DE 12:00 A 13:00 H
BAILE DE SALON EN LINEA	GRUPO 2	MIERCOLES DE 12:00 A 13:00 H
MANUALIDADES	GRUPO 1	JUEVES DE 12:00 A 13:30 H
PINTURA	GRUPO 1	MIERCOLES DE 16:00 A 17:30 H
TALLERES NUEVAS TECNOLOGÍAS		
INFORMÁTICA Cursos trimestrales	GRUPO 1	MARTES DE 9.30 A 11.00 H
	GRUPO 2	MARTES DE 11:00 A 12:30 H
	GRUPO 3	MARTES DE 12:30 A 14:00 H
SMARTPHONE Cursos trimestrales	GRUPO 1	MARTES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 2	MARTES DE 17:30 A 19:00 H

Departamento de Servicios Sociales
Coordinación Centros Municipales de Mayores
Junta Municipal de Hortaleza

Madrid a 30 de Abril 2024