

**LISTADO TALLERES Curso 2024/2025**

**CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES "NTRA. SRA. DEL CARMEN"  
C/ Ramón Power, 26**

**Actividades Físicas**

| TALLERES ACTIVIDADES FÍSICAS | GRUPOS  | HORARIOS                             |
|------------------------------|---------|--------------------------------------|
| GIMNASIA*                    | GRUPO 1 | MARTES Y JUEVES DE 9:00 A 10:00 H    |
|                              | GRUPO 2 | MARTES Y JUEVES DE 12:00 A 13:00 H   |
|                              | GRUPO 3 | MARTES Y JUEVES DE 13:00 A 14:00 H   |
|                              | GRUPO 4 | LUNES Y MIERCOLES DE 16:00 A 17:00 H |
|                              | GRUPO 5 | LUNES Y MIERCOLES DE 17:00 A 18:00 H |
|                              | GRUPO 6 | LUNES Y MIERCOLES DE 18:00 A 19:00 H |
| PILATES*                     | GRUPO 1 | LUNES Y MIERCOLES DE 9:00 A 10:00 H  |
|                              | GRUPO 2 | LUNES Y MIERCOLES DE 11:00 A 12:00 H |
|                              | GRUPO 3 | LUNES Y MIERCOLES DE 12:00 A 13:00 H |
| TAICHI*                      | GRUPO 1 | MARTES Y JUEVES DE 16:00 A 17:00 H   |
| YOGA*                        | GRUPO 1 | MARTES Y JUEVES DE 17:00 A 18:00 H   |

\*TODAS LAS ACTIVIDADES FÍSICAS SE REALIZAN EN EL GIMNASIO DEL CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES CONCEPCIÓN ARENAL, C/ JAVIER DEL QUINTO, 12

**Talleres Servicio de Terapia Ocupacional y Servicio de Animación Sociocultural**

| SERVICIOS   | GRUPOS   | HORARIOS                     |
|---|----------|------------------------------|
| ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ<br>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  | LUNES DE 16:00 A 17:30 H     |
|   | GRUPO 5  | MIÉRCOLES DE 9:00 A 10:30 H  |
|   | GRUPO 6  | MIÉRCOLES DE 10:30 A 12:00 H |
|   | GRUPO 7  | MIÉRCOLES DE 12:00 A 13:30 H |
|   | GRUPO 8  | MIÉRCOLES DE 16:00 A 17:30 H |
|   | GRUPO 9  | VIERNES DE 11:00 A 12:30 H   |
|   | GRUPO 10 | VIERNES DE 12:30 A 14:00 H   |
| ACTIVA TU MENTE<br>Soci@s Menores de 75 años          | GRUPO 1  | LUNES DE 16:00 A 17:00 H     |
|   | GRUPO 2  | MARTES DE 10:00 A 11:00 H    |
|   | GRUPO 3  | MARTES DE 11:00 A 12:00 H    |

**Actividad Culturales**

| TALLERES CULTURALES         | GRUPOS  | HORARIOS                   |
|-----------------------------|---------|----------------------------|
| HISTORIA DEL ARTE           | GRUPO 1 | JUEVES DE 16:00 A 17:30 H  |
|                             | GRUPO 2 | JUEVES DE 17:30 A 19:00 H  |
| PINTURA                     | GRUPO 1 | JUEVES DE 10:30 A 12:00 H  |
| BAILE DE SALON EN LINEA     | GRUPO 1 | MARTES DE 9:00 A 10:00 H   |
| BAILE DE SALON EN LINEA     | GRUPO 2 | MARTES DE 10:00 A 11:00 H  |
| BAILE DE SALON EN LINEA *   | GRUPO 3 | VIERNES DE 9:00 A 10:00 H  |
| BAILE DE SALON EN PAREJAS * | GRUPO 4 | VIERNES DE 10:00 A 11:00 H |
| MANUALIDADES                | GRUPO 1 | VIERNES DE 10:00 A 11:30 H |
|                             | GRUPO 2 | VIERNES DE 11:30 A 13:00 H |

LOS BAILES DE SALÓN DE LOS GRUPOS 1 Y 2 SE REALIZAN EN EL SALÓN SOCIAL DE LA SEDE DEL CENTRO.

\* LOS BAILES DE SALÓN GRUPOS 3 Y 4 SE REALIZAN EN GIMNASIO DEL CENTRO SERVICIOS SOCIALES CONCEPCIÓN ARENAL, CALLE JAVIER DEL QUINTO, 12

| TALLERES NUEVAS TECNOLOGÍAS        | GRUPOS         | HORARIOS                  |
|------------------------------------|----------------|---------------------------|
| INFORMÁTICA<br>Cursos trimestrales | <u>GRUPO 1</u> | MARTES DE 9.30 A 11.00 H  |
|                                    | <u>GRUPO 2</u> | MARTES DE 11.00 A 12.30 H |
|                                    | <u>GRUPO 3</u> | MARTES DE 12.30 A 14.00 H |
|                                    | <u>GRUPO 4</u> | MARTES DE 16.00 A 17.30 H |
|                                    | <u>GRUPO 5</u> | MARTES DE 17.30 A 19.00 H |
| SMARTPHONE<br>Cursos trimestrales  | <u>GRUPO 1</u> | JUEVES DE 9.30 A 11.00 H  |
|                                    | <u>GRUPO 2</u> | JUEVES DE 11.00 A 12.30 H |
|                                    | <u>GRUPO 3</u> | JUEVES DE 12.30 A 14.00 H |
|                                    | <u>GRUPO 4</u> | JUEVES DE 16.00 A 17.30 H |
|                                    | <u>GRUPO 5</u> | JUEVES DE 17.30 A 19.00 H |

Madrid a 30 de Abril de 2024

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