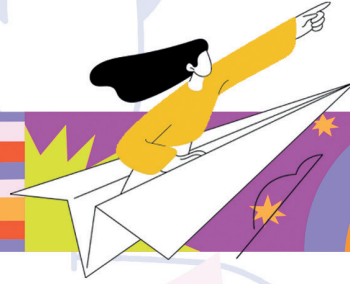




Aquí tienes tu casa

septiembre / diciembre 2023

Actividades para la mujer



1 PILATES – INICIACIÓN

HORARIO: martes y jueves de 11:30 a 12:30 h
DURACIÓN: 19/09 al 19/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Nuria Martínez Labuiga

Tonificación, agilidad, flexibilidad, mejora de la postura.

2 ESCUELA DEL CUERPO

HORARIO: viernes de 10:30 a 12:30 h
DURACIÓN: 22/09 al 22/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Nuria Martínez Labuiga

Se repasará diferentes zonas del cuerpo humano y cómo ir cuidándolas.

3 YOGA-MEDITACIÓN. Mañanas

HORARIO: miércoles de 9:30 a 11:00 h
DURACIÓN: 20/09 al 20/12 (total horas 19h 30')

4 YOGA-MEDITACIÓN. Tardes

HORARIO: jueves de 16:30 a 18:00 h
DURACIÓN: 21/09 al 21/12 (total horas 19h 30')

IMPARTE: Marta Chulià Romero

Acercamiento al yin yoga y la meditación. Crecimiento y bienestar personal.

5 FOTOGRAFÍA DIGITAL Y ANALÓGICA

HORARIO: martes de 17:00 a 19:00 h
DURACIÓN: 19/09 al 19/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Miracle Candela

Cada persona aportará su material.

6 AUTOESTIMA: FOTOGENIA Y AUTORRETRATO

HORARIO: miércoles de 18:00 a 20:00 h
DURACIÓN: 20/09 al 20/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Vanessa Català

Fotografía aplicada a nuestra imagen.

7 SANANDO EL ALMA A TRAVÉS DE LA DANZA ORIENTAL

HORARIO: lunes y miércoles de 11:00 A 13:00 h
DURACIÓN: 18/09 al 20/12 (total horas 26)
IMPARTE: Nour Nadira

Lograr el equilibrio mental y físico a través de la danza oriental.

8 DIBUJO Y PINTURA

HORARIO: viernes de 19:00 a 21:00 h
DURACIÓN: 22/09 al 22/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Ana María Guiot Miquel

Del lápiz al pincel, conocer y practicar las técnicas artísticas más empleadas.

9 GANCHILLO: "EL CROCHET INVADE TORRENT" A

HORARIO: martes de 10:00 a 12:00 h
DURACIÓN: 19/09 al 21/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Carolina Damonte Santoro

Casa Dona aportará el material necesario.

10 GANCHILLO: "EL CROCHET INVADE TORRENT" B

HORARIO: jueves de 10:00 a 12:00 h
DURACIÓN: 19/09 al 21/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Carolina Damonte Santoro

Casa Dona aportará el material necesario.

11 JUEGOS DE MESA

HORARIO: viernes de 17:00 A 19:00 h
DURACIÓN: 22/09 al 22/12 (total horas: 26)
IMPARTE: M. José Guerrero Reina

Socializar es una necesidad básica del ser humano.

12 LECTURA. INICIACIÓN

HORARIO: viernes de 17:30 a 19:30 h
DURACIÓN: 22/09 al 22/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Patricia Cuenca Chaves

La lectura como "vehículo imprescindible en el crecimiento interior" (PatMel).

13 BOLILLOS: RECUPERANDO TRADICIONES

HORARIO: lunes y jueves de 17:00 a 19:00 h
DURACIÓN: 18/09 al 21/12
Taller autodidacta. Gratuito

Cada persona aportará su material.

14 MUJERES EN CONSTRUCCIÓN

HORARIO: miércoles de 9:30 A 11:30h
DURACIÓN: 20/09 al 20/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Gemma López Ramos

Autoestima, el arte de amarme incondicionalmente: El objetivo general del taller es promover la toma de consciencia en las mujeres para su empoderamiento.

15 AUTOESTIMA: "EL ARTE DE QUERERME"

HORARIO: martes 10:00 a 12:00 h
DURACIÓN: 19/09 al 19/12 (total horas: 26)
IMPARTE: Mabel Carrascosa Seligrat

Taller de autoconocimiento, igualdad y mucho amor propio.

16 PSICOEDUCACIÓN: CAMINANDO JUNTAS HACIA EL BIENESTAR EMOCIONAL

HORARIO: lunes 9:30 a 11:00 h
DURACIÓN: 18/09 al 18/12 (total horas: 19h 30')
IMPARTE: Silvia Lora Murcia

Alcanzar un estado de mayor autoconocimiento personal y bienestar emocional.

17 TALLER FLAMENCO: "MUJER Y SOBERNÍA" A

HORARIO: lunes de 18:30 a 20:30 h
DURACIÓN: 25/09 al 18/12
IMPARTE: Irene Chulià Lizondo

Adentrarnos en la creatividad y el poder de nuestros cuerpos a través de la música.

18 TALLER FLAMENCO: "MUJER Y SOBERNÍA" B

HORARIO: jueves de 18:30 a 20:30 h
DURACIÓN: 28/09 al 21/12
IMPARTE: Irene Chulià Lizondo

Adentrarnos en la creatividad y el poder de nuestros cuerpos a través de la música.