

HORARIOS HABITUALES – CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES

CENTROS CIUDADANOS CON PERSONAL:

CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

Teléfono: 922626408

Correo electrónico: cсанjeronimo@gmail.com

Horario habitual: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

Teléfono: 922617527

Correo electrónico: cperezsotocardonal@gmail.com

Horario habitual: De 9:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO SAN MATIAS II

Teléfono: 922624276

Correo electrónico: cсанmatiasl@gmail.com

Horario: Lunes, miércoles y jueves de 14:30 a 22:00 horas; martes y viernes de 8:15 a 15:45 horas.

CENTRO CIUDADANO TEJINA

Teléfono: 922546842

Correo electrónico: cctejina@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

Teléfono: 922159983

Correo electrónico: cvalleguerra@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:00 a 21:30 horas y los viernes de 14:15 a 21:30 horas.

CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

Teléfono: 922156509

Correo electrónico: cpuntahidalgo@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:00 a 21:30 horas y los viernes de 8:00 a 15:15 horas.

CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

Teléfono: 922823316

Correo electrónico: cclaschumberas@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 15:30 a 21:30 horas.

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

Teléfono: 822179127

Correo electrónico: ccsanmigueldegeneto@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas.

CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

Teléfono: 922663320

Correo electrónico: ccvistamar@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 15:00 a 21:00 horas.

CENTRO CIUDADANO GRACIA

Teléfono: 922260381

Correo electrónico: cgracia@gmail.com

Horario: Lunes 15:00 a 22:00 horas. Martes 14:30 a 22:00 horas. Miércoles 14:30 a 22:00 horas. Jueves 8:00 a 15:30 horas. Viernes 14:30 a 22:00 horas. Aperturas extraordinarias: 27 y 28 de noviembre de 22:00 a 23:00 horas.

CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

Teléfono: 922266669

Correo electrónico: cciudadanosandiego@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 22:00 horas. Martes de 9:00 a 12:30 y jueves de 9:00 a 12:45 horas.

CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

Teléfono: 922670967

Correo electrónico: ccficaesp@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:30 a 22:00 y viernes de 15:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO EL ROCÍO

Teléfono: 922882796

Correo electrónico: ccelrocio@gmail.com

Horario habitual: Lunes, miércoles y jueves de 15:00 a 21:00 horas. Martes y viernes de 15:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

Teléfono: 922656544

Correo electrónico: cmeltranvia@gmail.com

Horario habitual: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

Teléfono: 922257454

Correo electrónico: cclasmadres@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 08:00 a 22:00 horas.

Horario de aperturas ordinarias de dos sábados al mes: 18 de noviembre de 10:00 a 14:00 horas y el 25 de noviembre de 10:00 a 14:00 horas y de 15:00 a 21:00 horas.

CENTROS CIUDADANOS SIN PERSONAL:

CENTRO CIUDADANO LAS MERCEDES

Horario: De lunes a viernes de 17:00 a 23:00 horas.

CENTRO CIUDADANO GUAJARA

Abre cuando hay actividad.

CENTRO CIUDADANO SAN LUIS GONZAGA

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO JARDINA

Horario: De lunes a domingo de 17:00 a 23:00 horas.

CENTRO CIUDADANO LAS CARBONERAS

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO GUAMASA

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y de 17:00 a 22:00 horas - sábados y domingos de 17:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO VALLE JIMÉNEZ

Horario: Lunes de 16:00 a 20:00 horas y de martes a domingo de 17:00 a 22:30 horas.

CENTRO CIUDADANO BRONCO - LOMO LARGO

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO LOS ANDENES

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO PILAR - LAS TORRES

Horario: de lunes a viernes de 17:00 a 22:00 horas

CENTRO CIUDADANO SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

Horario: de lunes a sábado de 16:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO EL BATÁN

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO SAN LÁZARO

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO CAMINO TORNERO

Abren los días con actividad programada.

30. ESPACIO POLIVALENTE LAS CANTERAS

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

Teléfono: 922 150 044

Correo electrónico: ccbajamar@gmail.com

Horario: Lunes y miércoles fijos y viernes alternos (con el CC La Candelaria) de 16:00 a 20:00 horas.

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL I

Horario: De lunes a sábados de 17:00 a 21:00 horas.

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL II

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO CRUZ CHICA

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO EL COROMOTO

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 21:00 horas.

CENTRO CIUDADANO LOS BALDÍOS

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 11:00 horas.

CENTRO CIUDADANO EL CENTENERO

Horario: De lunes a sábados de 16:30 a 21:00 horas.

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DEL CHIMISAY I

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO LAS MANTECAS

Abren los días con actividad programada.

CENTRO CIUDADANO PRINCESA IBALLA

Horario: De lunes a viernes de 9:00 a 21:00 horas

CENTRO CIUDADANO LA CANDELARIA

Teléfono: 922 647 896

Correo electrónico: cbarriolacandelaria@gmail.com

Horario: martes y jueves fijos y viernes serán alternos con el CC Bajamar, de 16:00 a 20:00 horas.

CENTRO CIUDADANO VILLA HILARIA

Horario: De lunes a viernes de 18:00 a 21:30 horas.

CENTRO CIUDADANO LA PITERITA

Horario: De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y 16:00 a 20:00 horas.

CENTRO CIUDADANO LA VERDELLADA

Horario: De lunes a viernes de 16:30 a 20:00 horas.

CENTRO CIUDADANO SAN ROQUE

Horario: De lunes a sábados de 18:00 a 22:00 horas.

CENTRO CIUDADANO BARRIO NUEVO

Abren los días con actividad programada.

ESTA PROGRAMACIÓN ESTÁ SUJETA A POSIBLES CAMBIOS Y ACTUALIZACIONES.

ACTIVIDADES – CENTROS CIUDADANOS MUNICIPALES

CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes a jueves de 8:00 a 14:00 horas	Educación académica para adultos	Se impartirán clases para adultos. Inscripción previa en el CEPA La Laguna o en el teléfono 922825070	CEPA La Laguna	Consejo de Centro
Lunes 10:00 a 12:00 y los viernes de 09:00 a 10:30 horas	Danzoterapia	Se impartirán talleres donde se trabajará el movimiento y la sociabilidad a través de la música	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 12:00 a 13:00 horas	Wing Tsun	El wing chun, romanizado también como wing tsun/tsun o wing tsun, es un arte marcial chino tradicional, aunque muchos lo reconocen como sistema marcial orientado al defensa personal creado por una sacerdotisa que se escapó del templo Shaolin, llamada Ng Mui.	A. D. GR Wing Tsun	Consejo de Centro
De lunes a viernes de 15:00 a 20:00 horas	Ocio para Mayores	A lo largo de la tarde personas mayores se reúnen para charlar y jugar a juegos de mesa.	Comisión de Fiestas las Paz y la Unión	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes de 15:00 a 17:00 horas	Taller de pintura al Óleo	Taller donde se aprenderán las distintas técnicas de la pintura al óleo y la utilización de pinceles y colores. Para más información acudir al centro durante el horario de la actividad para hablar directamente con la monitora.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:30 a 18:00 horas	Chi Kung - Taichi (Tardes)	El tai chi y el qi gong son ejercicios chinos tradicionales de movimiento. Se basan en dos ideas: La energía, llamada qi o chi, fluye a través del cuerpo por "caminos de energía" que se llaman meridianos. Si el flujo de chi se bloquea o se desequilibra en cualquier punto del camino, se cree que usted podría enfermarse.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:00 horas	Taller de Sevillanas Infantil	Se enseñará a los/las menores el arte del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Yoga	El yoga es un grupo de prácticas o disciplinas físicas, mentales y espirituales que se originaron en la antigua India y tienen como objetivo controlar y aquietar la mente, reconociendo una conciencia-testigo desapegada que no ha sido tocada por la mente y el sufrimiento mundano.	Asociación G&R de Wing Tsun	Consejo de Centro
Martes de 16:00 a 18:00 horas	Taller de Memoria Sana	Ejercicios de estimulación cognitiva para tener una mente sana y ejercitada. Destinado a personas mayores de edad	Ayto. La Laguna, Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 21:00 horas	Taller de lenguaje silbado	Se llevará a cabo talleres de lenguaje silbado, el cual, es un sistema de comunicación mediante silbidos. Los lenguajes silbados no son lenguas en el sentido estricto de la palabra, sino códigos o conversiones de los fonemas de una lengua ya existente en silbidos con unos tonos, longitudes e intensidades determinadas.	Asociación Yo Silbo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Dansumba	Se realizarán talleres donde se tonifican el cuerpo a través del ejercicio y la música	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas	Bachata	Taller donde se enseñará a los usuarios y usuarias el dominio del baile de Bachata	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes de 9:00 a 15:00 horas	Intervención personal con los participantes del proyecto Integra Rayuela 2023 - 2024	El proyecto Integra Rayuela está dentro del Programa de lucha contra la alta Exclusión Social en Canarias	Asociación Rayuela	Consejo de Centro
Martes de 16:00 a 18:00 horas	Taller de folclore gomero	Taller en el que se enseñará baile, toque de instrumentos y cante dentro del folclore tradicional gomero	A. F. Ariferint	Consejo de Centro

Continuación CC EL TRANVÍA...

Martes y jueves de 16:30 a 17:30 horas	Iniciación a la informática I	Se enseñará a los usuarios/usuarios el manejo de un equipo informático y distintas aplicaciones.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:00 a 18:00	Danzoterapia	Se impartirán talleres donde se trabajará el movimiento y la sociabilidad a través de la música	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas	Iniciación a la informática II	Se enseñará a los usuarios/usuarios el manejo de un equipo informático y distintas aplicaciones.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	Pilates 1	Se llevarán a cabo clases de Pilates. El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento. Se trabaja principalmente el estiramiento muscular.	A. C. Aguiere	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00	Escuela de baile canario	Se enseñará a bailar los distintos bailes canarios	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 horas	Taller de bailes infantiles	Actividad que estimula el desarrollo físico, psíquico y emocional de los niños y niñas además de jugar y divertirse. Destinado a edades comprendidas entre seis y doce años (cursando primaria).	Ayto. La Laguna, Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 20:30 horas	Taller de Cocina Mexicana	Taller en el que se enseñará a los asistentes a elaborar recetas de la cocina tradicional mexicana de forma sana y saludable	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	Pilates 2	Se llevarán clases del método Pilates, el cual es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento. Se trabaja principalmente el estiramiento muscular.	A. C. Aguiere	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas	Entrenamiento Funcional Nivel Iniciación	Se darán clases de entrenamiento funcional es una clasificación de los ejercicios que implica entrenar el cuerpo para las actividades de la vida diaria	Asociación ANGORA	Consejo de Centro
Martes y jueves de 21:00 a 22:00 horas	Entrenamiento Funcional Nivel Medio	Se darán clases de entrenamiento funcional, el cual es una clasificación de los ejercicios que implica entrenar el cuerpo para las actividades de la vida diaria	Asociación ANGORA	Consejo de Centro
Miércoles 10:00 a 11:00 y viernes de 10:30 a 11:30 horas	Yoga I	Se darán clases de yoga, que es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general. El yoga se desarrolló como una práctica espiritual hace miles de años.	A. D. GR Wing Tsun	Consejo de Centro
Miércoles de 10:30 a 12:00 horas	Chikung - Taichi	Se darán clases de Tai Chi y Qui gong, que son ejercicios chinos tradicionales de movimiento. Se basan en dos ideas: La energía, llamada qi o chi, fluye a través del cuerpo por "caminos de energía" que se llaman meridianos. Si el flujo de chi se bloquea o se desequilibra en cualquier punto del camino, se cree que usted podría enfermarse.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Miércoles 11:00 a 12:00 y viernes de 11:30 a 12:30 horas	Yoga II	Se darán clases de yoga, que es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general. El yoga se desarrolló como una práctica espiritual hace miles de años.	A. D. GR Wing Tsun	Consejo de Centro
Miércoles de 15:00 a 20:00 horas	Educación académica para adultos	Se impartirán clases para adultos. Inscripción previa en el CEPA La Laguna o en el teléfono 922825070	CEPA La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 18:00 horas	Apoyo Escolar	Complementar y ayudar en las tareas escolares para los niños y niñas de primaria, para resolver dudas o reforzar conocimientos. Destinado para edades comprendidas entre los seis y once años (cursando primaria).	Ayto. La Laguna, Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 19:00 horas	Clases de baile canario	Se enseñará a bailar las distintas danzas tradicionales dentro del folclore Canario	A. F. Ariferint	Consejo de Centro

Continuación CC EL TRANVÍA...

Miércoles de 19:30 a 21:30 horas	Sevillanas - Nivel Avanzado	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Jueves 10:00 a 12:00 horas	Calado y Roseta Canarias I	Se llevarán a cabo clases de Calado Canario, labor delicada y minuciosa, a modo de encaje que se hace en una tela. La roseta consiste en la elaboración de un tipo de encaje de aguja, para el que se utiliza una almohadilla denominada pique.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Jueves 10:00 a 12:00 horas	Círculos de Lectura	Taller donde se intercambiarán opiniones y percepciones de los libros que leen. También se reciben visitas de distintos escritores/escriptoras que acuden invitados para presentar y compartir experiencias de sus publicaciones.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Jueves 12:00 a 14:00 horas	Calado y Roseta Canarias II	Se darán clases de Calado Canario, labor delicada y minuciosa, a modo de encaje que se hace en una tela. La roseta consiste en la elaboración de un tipo de encaje de aguja, para el que se utiliza una almohadilla denominada pique.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Jueves de 15:00 a 18:00 horas	Educación académica para adultos	Se impartirán clases para adultos. Inscripción previa en el CEPA La Laguna o en el teléfono 922825070	CEPA La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas	Educación académica para adultos (Inglés)	Se impartirán clases para adultos. Inscripción previa en el CEPA La Laguna o en el teléfono 922825070	CEPA La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 20:00	Chacaras y Tambores	Taller en el que se enseñará a tocar las chácaras y tambores, también a sonar el bucio.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Viernes de 10:00 a 12:00 horas	Taller de Memoria Sana	Ejercicios de estimulación cognitiva para tener una mente sana y ejercitada. Destinado a personas mayores de edad	Ayto. La Laguna, Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Viernes 16:00 a 17:30 horas	Dibujo y pintura 1	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 18:00 horas	Sevillanas Nivel Básico	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 18:00 a 19:30 horas	Dibujo y pintura 2	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:30 horas	Sevillanas Nivel Medio	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	Taller de baile canario Infantil	Taller donde se enseñará a los menores a bailar los tradicionales bailes canarios	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Viernes de 19:30 a 21:30 horas	Ensayo del cuerpo de baile	Se prepararán las actuaciones que hace la A. F. Ariferint	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 22:00 horas	Ensayo de la Agrupación de Bailarines Herreños	Se realizarán ensayos de los bailes y toques del folclore herreño, para posteriores actuaciones a lo largo del año.	Agrupación de Bailarines Herreños en Tenerife	Consejo de Centro
Viernes 17 de noviembre de 18:00 a 22:00 H	Festival de Narración Oral Escénica La Cuesta Si Cuenta	Se realizará la Gala de Entrega de premios del II Certamen de Narración Oral dentro del III FESTIVAL DE NARRACIÓN ORAL "La Cuesta Sí cuenta" y se contará con la participación de la narradora Cristina Temprano de Lanzarote. Un representante de la ONG Correcaminos Solidarios se encargará durante los días que dure el Festival de la recogida de material escolar, por parte del público.	A. C. Cueva de Unicornios	Concejalías de Participación Ciudadana, de Educación y de Cultura del Ayto de La Laguna.
Día 24 de noviembre de 18:00 a 23:00 h	Festival de San Andrés	Festival folclórico y recital poético, con motivo de la celebración del día de San Andrés. Al término se realizará un brindis para los asistentes.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 18:30 a 20:00 horas	Yoga -Técnicas de Relajación	Clases de Yoga enfocadas a las técnicas de relajación. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asoc. de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:30 y jueves de 18:00 a 19:30 horas	Taichí	Clases de Taichí, un arte marcial originaria de china que se practica en la actualidad para reducir y aliviar el estrés y la ansiedad, además desarrolla la flexibilidad y el equilibrio. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 17:00 a 18:00 horas	Danzas Urbanas y K-Pop	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile Juvenil denominado "K-House Dance Academy" destinado a la formación de Baile Urbano y K-Pop al público infanto-juvenil, con edades comprendidas entre los 6 y los 18 años. K-House Academy tiene como fin fomentar el ocio saludable a través del arte de la danza. Impartirán clases de baile juvenil dos días en semana. Para más información e inscripción dirijase directamente por mensaje al Instagram @oficialkhouse o al Tfno.: 620 350 652	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	K-House Dance Academy
Jueves de 16:30 a 18:00 horas.	Teatro Aficionado	Si quieres dar clases de teatro aficionado con actores no profesionales, creando obras de teatro y participando en las mismas, puedes acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Grupo de Teatro "Son las que están y están las que son"	Consejo de Centro
Jueves de 19:30 a 21:00 horas	Danza del Vientre	Clases de Danza del Vientre para todos los niveles. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	Costura y Arreglos	Taller de costura y arreglos de ropa, se puede participar sin conocimientos previos de costura. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas	Danzas Peruanas	Clases de danzas peruanas impartidas por la Asociación Danza Perú en Tenerife. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Danza Perú en Tenerife	Consejo de Centro
Viernes 17 de noviembre de 18:00 a 21:00 h.	XVIII Aniversario de AMFE	La asociación de Mujeres de Finca España, te invita a la celebración de su 18 aniversario, en un acto con entrada libre para todos los públicos. Disfrutaremos de la música en directo de Luis Alberto del Caribe y de un brindis.	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO GRACIA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:00 a 17:00 y viernes de 19:00 a 20:00 horas	Clases de Wing Tsun	Con el Wing Tsun, aprenderás a reconocer situaciones peligrosas y a evitarlas. Se trata de un tipo de defensa personal integral en el que la fuerza física desempeña un papel secundario y se equilibra con una tecnología sofisticada. Inscripción previa. Contacto: Antonio Tlf 609.711.848	Asociación Deportiva G&R Wing Tsun	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 19:30 horas. Periodo de septiembre 2023 hasta julio 2024	Taller de Estimulación Cognitiva para Mayores.	Estimulación educativa para optimizar las distintas capacidades y funciones cognitivas. Inscripción 698956041	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:30 horas	Metafísica Básica	La Metafísica es una rama de la filosofía que estudia el pensamiento filosófico. Inscripción previa. Contacto: Vanesa. Telf., 627863599	Grupo Metafísica	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:30 a 18:45 horas	Taller de Taekwondo	Actividad deportiva que desarrolla, fuerza, resistencia y potencia físicamente. Inscripción previa. graciavecin@gmail.com 624318757	Asociación de Vecinos de Santa María de Gracia	Consejo de Centro

Continuación CC GRACIA...

Sábados de 16:00 a 20:00 horas	Juegos de Tablero y Rol	Juego Interpretativo- narrativo donde cada jugador representa el papel de un personaje. Inscripción previa. graciavecinosa@gmail.com 624318757	Asociación de Vecinos de Santa María de Gracia	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas	Taller de instrumentación de Folclore Canario	Taller de Instrumentación Folclore Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Jueves de 11:30 a 13:30 horas	Taller de Canto Canario	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 21:30 horas	Ensayos	Ensayos musicales, instrumentales y vocal	Grupo La Tropa	Consejo de Centro
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	Taller de Baile Tradicional Canario (Avanzado)	Taller de Baile Tradicional Canario. Inscripción previa.	Agrupación Folclórica Alborada Canaria	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas	Taller de Percusión Canaria	Taller de Percusión Canaria. Inscripción previa.	Agrupación Folclórica Alborada Canaria	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 19:30 horas	Taller de Canto Canario	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	Taller de Instrumentación de Folclore Canario	Folclore Canario. Inscripción previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:45 a 18:00 horas	Yoga	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscripción previa. Contacto Patricia 616351837	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Martes y viernes de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Rosetas	Taller de Rosetas, también conocida encaje de Tenerife. Inscripción previa. Contacto: Carmen. Telf. 627085523	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	Taller de Baile Tradicional Canario (Avanzado)	Taller de Baile Tradicional Canario. Inscripción previa. Contacto: Carlos. Telf. 629415800	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:00 horas	Cocina saludable	Cocina saludable para mayores residentes en La Laguna	Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna	Consejo de Centro
Martes de 16:00 a 17:00 horas	Yoga para Mayores	Yoga para mayores residentes en La Laguna	Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 17:00 horas	Formación Básica Inicial	Formación básica para mayores residentes en La Laguna	Radio ECCA, Área de Bienestar Social del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Lunes 27 de noviembre a las 19:30 horas.	Día de San Andrés	Celebración del día de San Andrés. Festival Folclórico. Castañas. Entrada libre hasta completar aforo	Agrupación Folclórica Alborada Canaria	Consejo de Centro
Martes 28 de noviembre a las 19:30 horas	II Festival de San Andrés	Celebración del día de San Andrés. Festival Folclórico. Castañas. Entrada libre hasta completar aforo	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Todos los martes de 16:00 a 19:00 horas	Talleres de Navidad con Imaginación	Talleres de 12 clases por grupo, diseñadas para guiar e inspirar a las personas participantes, en la creación de hermosas manualidades navideñas de forma práctica, sencilla y económica.	Asociación Social Eco Armonía	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 18:00h a 19:00h y Jueves de 18:30h a 19:30h	Gimnasia	Taller de Gimnasia para mantener una óptima condición física. Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Martes de 19:00h a 20:00h y Jueves de 19:30h a 20:30h	Bailes Latinos	Taller donde se aprenden nociones de varios tipos de Bailes Latinos (Salsa, Merengue, Bachata...) Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Martes de 18:00h a 19:00h.	Estimulación cognitiva	Actividad destinada a personas mayores para optimizar el funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas, con el que pretendemos mejorar el funcionamiento de las capacidades mentales y el bienestar. Inscripciones en el Centro Ciudadano o llamando al 922 82 33 16	Asociación de mayores Club de la 3ª Edad Amigos de la amistad	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LAS MADRES

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a jueves, de 15.00 a 18.00 h	Servicio de Día (apoyo escolar / ocio y tiempo libre)	Servicio de apoyo que se presta en el centro, a las familias que, por alguna circunstancia, necesitan un soporte durante un período del día en sus tareas parentales de protección y educación. Está dirigido a niños/as de 4 a 16 años a los/as que se les atiende en sus tareas escolares, se les proporciona alimentación y un tiempo de ocio compartido. Para más información llamar a Servicios Sociales: 922.25.06.36, Coordinación del recurso: 647.439.545 o Educadoras del recurso: 922.25.93.24	Área de Bienestar Social y Calidad de Vida	
Martes y jueves, de 10.00 a 13.00 h	Atención y matrícula de Radio ECCA	Se presta información al alumnado y pueden gestionarse cuestiones relacionadas con la matrícula, en los días y horarios señalados. Hay que recordar que Radio ECCA es una institución educativa, comunicativa y de acción social. Tiene un sistema propio de enseñanza, el Sistema ECCA, en el que se sincroniza el material pedagógico, la clase en audio y la acción tutorial.	Radio ECCA	
Lunes y miércoles, de 17.00 a 19.00 h	Clases de Dibujo y Pintura	La Asociación Artecreadores oferta talleres de dibujo y pintura a todos los niveles. Para más información contactar con el monitor Daniel Lecuona: 622.698.176	Asociación Cultural Artecreadores	
Lunes, de 19.00 a 20.00 h	Metafísica	Son encuentros en los que se habla sobre la metafísica es una rama de la filosofía que estudia los problemas centrales del pensamiento filosófico: el ser en cuanto tal, el absoluto, Dios, el mundo, el alma. En esa línea, intenta describir las propiedades, fundamentos, condiciones y causas primeras de la realidad, así como su sentido y finalidad.	Grupo Metafísica	
De lunes a viernes, de 8.00 a 16.00 h	Labores Internas y Atención al Público de la Asociación Creativa	Se atiende al público y realizan gestiones internas relacionadas con la asociación. La Asociación Creativa es una entidad no lucrativa que agrupa a distintos/as profesionales de ámbito social, que pretenden movilizar todos los recursos posibles para ofrecer distintos tipos de servicios: formación, prestación de servicios a personas en situación de exclusión social, y desarrollar programas de promoción del empleo. Para más información: 601.647.502 // 922.92.60.69	Asociación Creativa	
Miércoles de 18:00 a 19:00 h.	Quan Cheng	Actividad física.	Asociación Quan Cheng para la Salud en Canarias	
Solicitar cita previa	Asesoramiento, Diagnóstico, Talleres...	La Asociación ASPERCAN da asesoramiento, realiza diagnósticos y lleva a cabo talleres dirigidos a los usuarios de la Asociación. Para más información: 678 801 807	ASPERCAN	

Continuación CC LAS MADRES...

Lunes y miércoles de 20:15 a 21:45 h.	Taller de Tango	Se imparten clases de iniciación al tango. Información e inscripción info@factoriamilonguera.com // WhatsApp 647.158.550	Asoc. Cultural Factoría Milonguera	Consejo de Centro
Viernes, de 16.00 a 19.00 h	Taller de fotografía	Bienestar Social a través de la Asociación Enrique Romeu ofrece a los mayores la actividad de fotografía.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	Área de Bienestar Social
Miércoles, de 16:00 a 17:30 h	Grupo de lectura	A través de la Asociación Enrique Romeu se les ofrece a los mayores la actividad del grupo de lectura, en la que desarrollan múltiples y variadas capacidades, como son la paciencia y la concentración, la perseverancia o la expresión y diversión.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16.00 a 18.00 h	Pintura al óleo para mayores	A través de la Asociación Enrique Romeu se les ofrece a los mayores la actividad de pintura al óleo, en la que desarrollan múltiples y variadas capacidades, como son la paciencia y la concentración, la perseverancia o la expresión y diversión.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16.30 a 18.30 h	Bordados	A través de la Asociación Enrique Romeu se les ofrece a los mayores la actividad de bordados, en la que desarrollan diferentes técnicas de bordado,	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16.30 a 18.30 h	Taller de costura	A través de la Asociación Enrique Romeu se les ofrece a los mayores la actividad de costura,	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Sábado 25 de 15.00 a 21.00 h.	Pachanga Scalextric	Competición de Scalextric para los miembros del Club Deportivo y simpatizantes. Verificación y carrera Slotlagun y Scalextric	Club Deportivo Slotlagun Scalextric	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 17:30 a 18:30 horas	Capoeira infantil	Clases de capoeira para niños y niñas donde se aprenderá esta disciplina que combina la danza, acrobacias, arte marcial y música. Información e inscripciones: 646547832	Asociación Forca Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	Capoeira adulto	Clases de capoeira para adultos, se aprenderá esta disciplina que es una combinación de artes marciales, acrobacias y danzas. Información e inscripción: 646547832	Asociación Forca Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Martes y viernes de 19:30 a 20:30 horas	Zumba	Clases de zumba. Disciplina deportiva que mezcla el ejercicio y el baile. Información e inscripciones: 677785700	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Martes y jueves de 10:30 a 11:30 horas y de 17:00 a 18:30 h	Pilates suelo	Clases de pilates de suelo; disciplina que permite la tonificación y activación corporal. Información e inscripciones: 616178877	A.V.V. Finca Pacho	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 h. martes y jueves de 9:15 a 10:15 h	Salsation	Clases de Salsation: disciplina que fusiona el baile y el ejercicio. Mejora la coordinación, atención y el estado físico. Más información e inscripciones. 662555143	Actrices con A	Consejo de Centro
Miércoles 19:30 h	Tutorías de Radio ECCA	Tutorías impartidas al alumnado que cursa titulaciones oficiales a través de Radio ECCA	Radio ECCA	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Tai- Chi	Clases de Tai- Chi. Arte marcial que ayuda a trabajar el estrés y la disciplina. Para más información y matrícula acudir en el horario de la actividad.	A.V.V. Finca Pacho	Consejo de Centro
Miércoles de 10:00 a 12.00 h	Pintura al Óleo	Clases de pintura al óleo para aprender diferentes usos de esta técnica.	Asociación Imaginarte	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 20:00 h	Metafísica	Clases de metafísica. Para más información 640281041 Carmen Díaz	A.VV. Avelca	Consejo de Centro

Continuación CC PÉREZ SOTO...

Martes de 18:30 a 19:30 h	Yoga	Descubre el equilibrio entre mente y cuerpo mientras te sumerges en posturas suaves que harán que te sientas fuerte y flexible a su vez. ¡Aprende a calmar tu mente, respirar consciente y a mover tu cuerpo! ¡Te esperamos en la esterilla!	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Jueves de 18:30h a 20:00h y viernes de 17:30h a 19:15h	Ensayo de baile urbano y K-Pop	Ensayos de bailes y entrenamientos, enfocados en el estilo de baile urbano moderno del K-Pop	Asociación Juvenil K-House	Consejo de Centro
Lunes de 19:30h a 20:30 h	Clases de baile	Taller de baile folclórico con nivel de iniciación y perfeccionamiento.	Asociación Folclórica Tacoremi	Consejo de Centro
Miércoles 17:00 a 18:30 h	Clases de instrumentos de cuerda	Taller para aprender a tocar distintos instrumentos de cuerda. Para más información e inscripción pueden enviar un WhatsApp al 690335591	Asociación Folclórica Tacoremi	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 16:00a 18:00, miércoles de 18:00 a 20:00 y jueves de 17:00 a 19:00 h	Formación Básica Inicial	Se darán clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922 150 312 ó en el enlace https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Ver horario en "Descripción"	Tai chi (iniciación y avanzado)	Se impartirán clases de Tai Chi. Iniciación y avanzado. Para más información llamar al tlf. 679 169 346	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles 18:00 a 19:30 horas.	Yoga	Se impartirán clases de Yoga. Para más información llamar al 685 643 417	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Ver horario en "Descripción"	Folclore Instrumental	Se impartirán clases de folclore instrumental para niños y adultos. Más información acudiendo el día y horario de la actividad. Lunes de 18:00 a 20:00 h (adultos) / Miércoles de 18:00 a 20:00 h (niños)	Asoc. de Vecinos Aguacada	Consejo de Centro
Lunes y miércoles 20:00 a 21:00 horas	Escuela de Danza	Se impartirán clases de bailes latinos. Para más información llamar al tlf. 641155472	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 h.	Estiramientos	Se impartirán clases de Estiramientos. Para más información llamar al tlf. 679 169 346	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 15:30 a 20:30 h	Entrenamiento y salud	Se impartirán clases de entrenamientos individualizados para mejorar la condición física. Para más información llamar al tlf. 666348840	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:00 horas.	Taller de Lectura	Se impartirá un Taller de Lectura una vez al mes. Para más información llamar al tlf. 649821401	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:30 horas.	Programa de Radio "Soulake"	Programa de radio on- line y de actualidad de la comarca, noticias, novedades musicales, tertulia, redes sociales, concursos radiofónicos y entrevistas in situ a artistas de la comarca.	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:00 a 21:00 y viernes de 10:00 a 12:00 h	Hatha Yoga	Se impartirán clases de Hatha Yoga. Para más información llamar al tlf. 650 480 321	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes y jueves 20:00 a 21:00 horas.	Cardiobox	Se impartirán clases de Cardiobox. Para más información llamar al tlf. 642 746 757	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro

Continuación CC PUNTA DEL HIDALGO...

Martes de 17:30 a 19:00 h y viernes de 9:00 a 11:00 h	Biodanza	Se impartirán clases de Biodanza. Para más información llamar al tlf. 676312688	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Percusión- Batukada	Se impartirán clases de percusión y batukada. Para más información llamar al tlf. 638384192	AMPA San Mateo	Consejo de Centro
Viernes de 9:00 a 10:00 horas.	Entrenamiento Funcional	Se impartirán clases de Entrenamiento Funcional. Para más información llamar al tlf. 666 336 172	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:30 a 20:00 horas	Pilates suelo	Se impartirán clases de Pilates suelo. Para más información https://deportelagunero.com/	OAD	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SALUD ALTO – EL ROCÍO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:30 a 20:30 h y martes de 17:30 a 19:30 h	Vestimenta Tradicional Canaria	Confección de vestimenta típica y campesina Canaria. Más información, inscripciones 666 270 472	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes de 16:30 a 17:30 horas	Crochet	El ganchillo, croché o tejido de gancho es una técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta o específica. Inscripción 666 270 472	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Lunes y martes de 16:30 a 17:30 horas.	Pilates	Conjunto de ejercicios físicos en los que se entrena la musculatura, la resistencia, flexibilidad y el control de la respiración y la mente. Inscripción 616 178 877	A.V.V. SAER	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	Bailes Latinos	Clases de bailes latinos. Inscripción 619 086 974	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 18:30 a 19:30 h	Tai Chi	Conjunto ejercicios de respiración y movimientos suaves en articulaciones, músculos y tendones. Inscripción 620 474 780	A.V.V. SAER	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 18:30 horas	Estimulación Cognitiva	Actividad gratuita orientada a los mayores que busca favorecer procesos cognitivos como la atención, el lenguaje y la memoria entre otros. Inscripciones: 922 882 796	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18.00 a 19.30 horas	Clases de Timple	Se imparten las clases de timple a través de la asociación de vecinos para el aprendizaje de este instrumento tradicional canario. Previa inscripción en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 19.30 a 20.30 horas	Clases de Yoga	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscripción previa llamando al centro 922 266669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 17.30 a 19.00 horas	Clases de Latinos	Se imparten clases de bailes latinos, bachata, cumbia, etc. Previa inscripción el día de la actividad con el profesor.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles y Viernes de 17.00 a 18.00 horas	Clases de baile con coreografías.	Se dan clases de baile de diferentes estilos con coreografías que prepara la profesora. Inscripción con Isabel el día de la actividad. Gratuita.	Consejo de Centro	Consejo de Centro

Continuación CC SAN DIEGO...

Martes y Jueves de 9.00 a 10.00 horas	Clases de Chikung	Se imparten clases de Chikung, donde el alumno realiza movimientos suaves del cuerpo con relajación y respiración. Es un sistema de desarrollo personal. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 10.15 a 11.15 horas	Clases de Yug - Do	Salud, Arte de Vida. Se imparten clases de Yug do, con estas clases de busca esencialmente la salud y el desarrollo de la Conciencia. Previa inscripción a través del maestro Eusebio Pareja 607404858	Asociación de Amigos Centro Gran Dragón	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 17.00 a 19.00 horas	Clases de Barro	Se dan clases de barro canario, donde elaboran piezas de la alfarería canaria. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Viernes de 18.15 a 19.30 horas	Clases de Sevillanas	Se dan clases de sevillanas a cargo de la profesora Isabel Fernández. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles de 18.00 a 19.30 horas	Taller Aprende a Vivir	Todos los miércoles una profesional de la psicología, imparte un taller para ayudar a los asistentes a tener herramientas para afrontar diferentes situaciones de la vida cotidiana. Inscripción a través de la psicóloga Maite Hidalgo 674 770 712	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles y Jueves de 17.30 a 19.00 h	Clases de Informática	Se dan las clases de informática varios niveles y necesidades. Previa inscripción a través del teléfono del centro: 922 266669 o con el profesor Jonathan 647 888 620	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 10.30 a 12.00 horas	Clases de Informática para Mayores	Clases de informática de inicio para mayores que quieran aprender cómo manejarse con las nuevas tecnologías, correos, WhatsApp, páginas web, Apps. Previa inscripción en el centro o a través del profesor Jonathan 647 888 620	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Viernes de 18.00 a 19.00 horas	Clases de Metafísica Básica	Clases de Metafísica, cambia tu conciencia para cambiar tu vida. En donde pones tu atención en eso te conviertes. Entrada libre y gratuita. Carolina Hernández	Consejo de Centro	No
Todos los lunes de Octubre 2023 a Junio 2024 de 19.30 a 21.00 horas	Curso de Iniciación al Silbo Gomero	Se impartirá un curso para personas interesadas en el conocimiento del silbo gomero, con clases de iniciación, que comprenderán de octubre de 2023 a junio del 2024. Previa inscripción, llamando al centro 922 266 669 o a través de la asociación.	Asociación Cultural del Silbo Gomero	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:45 a 17:45 h (Durante todo el año).	Yoga Solar	Se ofrecen clases regulares de Yoga Solar, impartidas por el profesor Raúl Villar. Las sesiones serán dos días en semana, una hora cada día, en horario de tarde. Para más información e inscripción contacte directamente con el profesor al teléfono: 640 66 25 87 (Raúl). Relajación / Meditación / Calma mental / Equilibrio físico y emocional / Fortalecimiento de los huesos / Purificación de los canales energéticos / Cuidado de nuestro sistema inmunitario	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:00 h. (Durante todo el año)	Dibujo y pintura	Se imparten clases de Dibujo y Pintura utilizando varias técnicas, dirigida a menores y personas adultas. Para más información e inscripción contacte directamente con el monitor al teléfono 640 66 25 87 (Raúl)	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 20:00 horas (a lo largo de todo el año)	Confección y Tuning de Vestuario	Taller de costura en el que se confeccionan y tunean prendas de vestir. Para más información contacte directamente con la tallerista al teléfono 696 530 275 (Pilar)	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco	Consejo de Centro
Martes de 16:00 a 20:00 h (Durante todo el año).	Clases de Guitarra	Se imparten clases para aprender a tocar la guitarra. Para más información e inscripción contactar con el profesor al teléfono 615 691 379 (Jesús)	Asociación Cultural Grupo de Estudios e Investigación Achbinico.	Consejo de Centro

Continuación CC SAN JERÓNIMO...

Días sueltos previa solicitud (A lo largo de todo el año)	"Proyecto de la A a la Z"	Se prestará atención individualizada a aquellas personas que necesitan acompañamiento para llevar a cabo gestiones con Administraciones Públicas y/o Privadas, además de asesoramiento, derivación y seguimiento por parte de Trabajadoras Sociales. La atención se llevará a cabo con Cita Previa contactando al e-mail: contigo2022. info@gmail.com	Asociación Social ConTigo	Consejo de Centro y Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna.
Miércoles de 18:30 a 20:00 (Curso escolar 2022-2023)	Tutorizaciones de la ESO	Tutorizaciones de Educación Secundaria Obligatoria	Radio ECCA	Participación Ciudadana del Ayto. de La Laguna
Jueves de 17:00 a 18:00 horas hasta a junio de 2023	Metafísica	Meditación inicial / ¿Qué es la Metafísica? / Ley de Mentalismo / Las 7 Leyes Universales / La Llama Violeta y su uso. Se trata de una actividad totalmente gratuita y abierta a todas las personas que quieran asistir. Se imparte una hora en semana, empezando con una corta meditación y abordando todos y cada uno de los temas de la programación con el fin de dar a conocer y/o llevar a cabo una ampliación de conceptos que se desarrollan en metafísica. Para más información o inscripción llame o envíe un WhatsApp al número 639227218	Sandra Morales Correa (Orientadora Laboral y Docente FPE, Experta en Metafísica)	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 19:00 y martes de 16:00 a 29:00 horas.	Clases Proyecto K-House Dance Academy.	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile Juvenil denominado "K-House Dance Academy" destinado a la formación de Baile Urbano y K-Pop al público infanto-juvenil, con edades comprendidas entre los 6 y los 18 años. K-House Academy tiene como fin fomentar el ocio saludable a través del arte de la danza. Impartirán clases de baile juvenil dos días en semana. Para más información e inscripción diríjase directamente por mensaje al Instagram @oficialkhouse o al tlf. 620 350 652.	Asociación Juvenil K-House	Consejo de Centro
Martes y miércoles de 18:00 a 21:00 h	"Tardes de Teatro"	Se imparte clases de Teatro dos días en semana para personas adultas. Para más información e inscripción contacte directamente con Nailan, monitor de la actividad, al teléfono 661 621 352	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco	Consejo de Centro
Ver horario en "Descripción"	Taekwondo Infantil	Entrenamientos y participación en competiciones. Para más información e inscripción acudir en horario de la actividad. Martes, jueves y viernes 18:00 a 20:00, jueves de 18:00 a 21:00 y viernes de 17:00 a 19:30 horas.	Asociación Cultural y Deportiva INNAE	Consejo de Centro
Martes y jueves de 09:30 a 13:30 h	Formación de español	Se llevarán a cabo sesiones de formación de español para personas extranjeras, en situación de vulnerabilidad por medio de lectura de libros, debates y clases de comunicación oral.	Fundación ATARETACO.	Consejo de Centro.
Jueves de noviembre de 16:00 a 20:00 h	Estudio/preparación de oposiciones	Se trata de un grupo de estudio que asisten todos los martes para prepararse las oposiciones conjuntamente y también reciben clase de manera online con su profesor.	Fundación ATARETACO.	Consejo de Centro.

CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y jueves de 17:00 a 19:00 horas	Clases para niños/as del Instituto Bahá'í	Clases de refuerzo escolar. Inscripción en el tlf. 675 333 564.	Comunidad Bahá'í	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas	Taller de Pintura	Taller de pintura. Inscripción en el tlf. 697 348 989.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas	Taekwondo	Arte marcial dirigida a niños/as entre 3 y 13 años. Inscripción en el tlf. 603 506 805.	Club Deportivo TKM La Laguna	Consejo de Centro
Martes de 10:00 a 12:00 horas	Taller de Cestería	Taller sobre cestería canaria dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 659 155 336.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro

Continuación CC SAN MATÍAS II...

Miércoles de 18:00 a 20:00 horas	Taller de Fofuchas y Manualidades	Taller de creación de Fofuchas dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 611 256 862.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Martes de 9:30 a 11:30 y jueves de 18:30 a 20:30 horas	Taller Cofección Vestimenta Tradicional	Taller de creación y perfeccionamiento de vestimentas típicas canarias. Inscripción en el tlf. 666 270 472.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas	Pilates (Mañana)	Taller de Pilates, donde realizan un conjunto de movimientos y ejercicios controlados para mejorar problemas posturales, dolores, etc. Para realizar inscripción llamar al tlf. 608 206 902.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:15 horas	Pilates (Tarde)	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el WhatsApp 690 054 286.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 20:30 a 21:30 horas	Pilates (Noches)	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el tlf. 659 531 793.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Miércoles de 19:30 a 20:30 horas	Bachata para chicas	Taller de Bachata estilo chica. Inscripción en el tlf. 636 278 477.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 21:30 horas	Bailes Latinos	Taller de Bailes Latinos. Inscripción en el tlf. 636 278 477.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 20:00 a 21:00 horas	Wing Tsun	Taller de Wing Tsum, arte marcial de origen chino. Actividad deportiva. Inscripción en el tlf. 609 711 848.	Asoc. G & R Wing Tsun	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 18:30 a 20:00 horas	Bujinkan Ninjutsu	Taller del arte marcial Bujinkan Ninjutsu. Inscripción en el tlf. 647 428 634.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 horas	La Escuelita	Actividades de aprendizaje y estimulación cognitiva para mayores. Más información en el tlf. 922 62 42 76.	Servicio de Biblioteca	Consejo de Centro
Martes y viernes de 9:00 a 10:00 horas	Entrenamiento Funcional	Taller Entrenamiento Funcional. Se basa en realizar ejercicios que se adaptan a los movimientos naturales del cuerpo humano. Para inscribirse, llamar al tlf. 608 206 902.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Miércoles 19:00 a 20:30 y jueves 18:30 a 20:00 horas	Defensa Personal Krav Maga	Taller de Defensa Personal Krav Maga. Combate mano a mano que enseña a defender y a contratacar al mismo tiempo. Actividad deportiva. Inscripción en: 619.32.32.80	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Jueves 23 de noviembre - 18:00 h	Reunión mensual del club de lectura	Reunión mensual del club de lectura de la Biblioteca del centro.	Servicio de Biblioteca	Consejo de Centro
Jueves 30 de noviembre - 18:00 h	Tarde de Juegos Tradicionales	Se trata de una actividad dirigida a menores, entre 6 y 12 años, en donde podrán conocer, de mano de nuestros mayores, juegos tradicionales de las islas.	Servicio de Biblioteca	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE CHIMISAY

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 10:00 a 12:00 horas	Taller de Pintura	Taller de pintura dirigido para el grupo de personas mayores que deseen participar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión	
Martes de 16:00 a 18:00 horas	Talleres Varios	Taller de varias materias (manualidades, etc.) dirigidos para el entretenimiento del grupo de personas mayores que deseen participar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión	

Continuación CC SAN MIGUEL DE CHIMISAY...

Lunes, martes y viernes, de 17:30 a 20:30 horas	Ensayos A.F. Tajinaste	Ensayos semanales de la A.F. Tajinaste	A.F. Tajinaste	
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	Estimulación Conitiva	Taller de Estimulación Cognitiva, dirigido a personas mayores	Universidad de La Laguna - Área de Bienestar Social	

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	Taller de arreglos y reutilización de ropa	Se llevarán a cabo talleres sostenibles de transformación de ropa que se deja abandonada para darle un segundo uso y adaptarla al gusto. Inscripción previa al 637338993 (Gelly)	AVV El Moral	Consejo de Centro
Miércoles de 10:00 a 12:00 h.	Taller de sogas de pita	Se elaborarán materiales artesanales con sogas de pita aprendiendo el manejo de esta técnica ancestral. Inscripción previa 636223138 (M.ª Cristo)	Asociación de Vecinos El Moral	Consejo de Centro
Miércoles y jueves de 9:00 a 10:00 h.	Pilates	Se llevarán prácticas de pilates en el embarazo para favorecer el control de la respiración, ejercicios del suelo pélvico. Beneficioso tanto durante la gestación como una rápida recuperación post parto. Inscripción previa llamando al 636 156 137.	Asociación Musical y Cultural Angora	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 10:00 a 11:00 h	Baile canario para 3ª Edad	Se impartirán talleres de bailes canarios destinados a la 3ª Edad. Inscripción previa llamando al 634 584 065	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00 /18:00 a 20:00 h. Mañanas de 10:00 a 12:00 h.	Talleres de Cerámica Creativa	Se impartirán talleres de cerámica creativa. Inscripción en el teléfono 639075515 (Juan)	Asociación Belenista y Cultural El Castrejón	Consejo de Centro
Lunes de 10:00 a 12:00 horas.	Clases de calados y roseta canaria	Se impartirán clases de calados y roseta canaria. Información al teléfono 695262033 (María del Carmen)	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 12:00 a 13:00 h y de 18:00 a 19:00 h	Clases de Yoga para adultos	Clase física de estiramientos y relajación. Inscripción previa al teléfono 691202170 (Sheyla)	A.VV.El Moral	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas.	Clases de dibujo y pintura para adultos	Aprendizaje de técnicas para aprender a dibujar y pintar. Inscripción al teléfono 640662587 (Raúl)	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 10:00 a 13:00; martes y miércoles de 17:00 a 20:00 h.	Clases de Crochet	Iniciación, guía de proyectos y charlas entorno al ganchillo. Inscripción previa al teléfono 616110375 (Clothy)	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00 horas.	Clases de Vestimenta Tradicional Canaria	Clases de confección de vestimentas tradicionales. Inscripción al teléfono 666 270 472 (Carmen)	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 h. a 19:30 h.	Clases de cuerda	Guitarra, Timple, Bandurria, Laúd, Bajo, Cuatro Venezolano, Ukelele, Tablatura medida; aplicados al folclore y canción popular de Canarias.	A.F. San Borondón	Consejo de centro
Ver horario en "Descripción"	Clases de Pilates	Disciplina deportiva basada en estiramientos y acondicionamiento físico. Inscripción previa en el teléfono 636 156 137 (Laura) Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 y de 20:00 a 21:00 h; miércoles y jueves de 9:00 a 10:00	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de centro

Continuación CC SAN MIGUEL DE GENETO...

Ver horario en "Descripción"	Entrenamiento Funcional	Entrenamiento Funcional que incluye musculación estiramientos GAP y cardio. inscripción previa. Teléfono 622.821.568 Lunes de 17:30 a 18:30 / lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 h.	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 h.	Entrenamiento Funcional (Nivel Intermedio)	Entrenamiento Funcional que incluye musculación estiramientos GAP y cardio. Inscripción previa. Teléfono 622.821.568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 11:00 a 12:00 h	Entrenamiento Funcional (Nivel Intermedio)	Entrenamiento Funcional que incluye musculación estiramientos GAP y cardio. Inscripción previa. Teléfono 622.821.568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes de 19:30 a 21:00 h.	Clases de Baile Canario	Clases de Bailes Canarios. Inscripción previa en el teléfono 634584065	Asociación Cultural y musical Angora	Consejo de Centro
Martes y jueves de 16:00 a 18:00 h.	Clases de Danza	Se impartirán clases de pre-danza y danza contemporánea, clásica y africana, edades comprendidas entre 4 y 14 años. Inscripción e información llamando al teléfono 679554307 (Loly)	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 15:45 a 19:45 h.	Teatro Adulto	Clases de teatro para adultos en la que se incluyen actividades como: sensibilización de los sentidos, conciencia y expresión corporal, creación de personajes, improvisaciones grupales, juego teatral... Inscripción previa en el teléfono 628283445 (Amalia)	Actrices con A	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:00	Clases de guitarra y bajo	Se impartirán clases de guitarra y bajo, se trabajarán diferentes estilos musicales y solfeo. Inscripción previa en el teléfono 669885277 (Frank)	Parranda Ixemad	Consejo de Centro
Martes y jueves de 9:00 h. a 14:00 h.	Formación y búsqueda de empleo	Formación, asesoramiento y busca de empleo para desempleados	Fundación Don Bosco Salesianos Social	Fundación Don Bosco Salesianos Social
Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00h. y de 19:00 a 20:00	Zumba	Clases de zumba en horario de tarde y de mañana para adultos. Inscripción en el teléfono 655408797 (Casandra)	AVV El Moral	Consejo de centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas.	Clases de Chácaras y Tambores.	Clases de aprendizaje en el manejo de las chácaras y tambores. Información al teléfono 620017617 (Leandro)	Asociación Musical y Cultural Angora	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:00 horas.	Clases de bailes tradicionales con Tambor	Clases de baile típico con tambores, dentro de la categoría de Chácaras y tambores. Información al teléfono 620017617 (Leandro)	Asociación Musical y Cultural Angora	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 19:00 horas	Bailes modernos infantiles	Clases de bailes modernos infantiles para edades comprendidas entre los 6 y 14 años. Inscripción previa al teléfono 655 408 797 (Casandra)	AVV El Moral	Consejo de centro
Viernes de 17:30 a 19:00 horas	Clases de Dibujo y pintura infantil/ juvenil	Se imparten clases de dibujo y pintura utilizando varias técnicas dirigidas a menores. Para más información e inscripción, contactar con el monitor, Raúl, teléfono 640662587	AVV El Moral	Consejo de centro
Viernes de 20:00 a 21:00 horas	Bailes Latinos	Se imparten clases de Bailes latinos (salsa, bachata). Inscripción e información al teléfono 655 408 797 Casandra	AVV El Moral	Consejo de centro
Martes 21 de noviembre de 11:00 a 12.00 h.	Cuentacuentos, " Algo pasa con mamá"	Cuento, "Algo pasa con mamá" que narra la historia de una madre y su hija, una vida que cambia y sus nuevas circunstancias, dirigido a toda la población e impartido por usuarias de la unidad de DCA, con el objetivo de sensibilizar y concienciar a la población sobre el daño cerebral adquirido.	Consejo de centro	Hermanas Hospitalarias Acaman y personas usuarias de la unidad DCA

CENTRO CIUDADANO TEJINA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Ver horarios en la columna "Descripción".	Yoga	Taller de 2 modalidades de yoga, uno con silla para personas mayores y otro dinámico para público en general. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o contactando en emma.vollan@gmail.com o llamando al tlf. +4790824985. Yoga dinámico: Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas. / Miércoles y viernes de 08:30 a 09:30 horas. / Viernes de 18:00 a 19:00 horas. Yoga con silla: Martes y jueves de 11:30 a 12:30 horas.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Viernes de 10:00 a 11:00 horas.	Clases de Relajación	Clases de meditación, mindfulness y yin yoga. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas.	Taller de Dibujo y Pintura	Se realizará un taller de dibujo y pintura para todos los niveles. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tlf. 622698176 (no se responden WhatsApp).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:30 a 21:30 horas.	Zumba con Rebeca	Se realizará la actividad de Zumba. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:30 a 21:30 horas.	Zumba con Aránzazu	Se realizará la actividad de Zumba. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:00 a 21:00 horas.	Clases de Baile. Danza Urbana.	Clases de baile para todas las edades. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 677237345	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de centro
Ver horarios en la columna "Descripción"	Yazmín Dance Studios	Escuela de baile (Bachata, Salsa, Cha Cha Cha y Salsa Cubana) partiendo de nivel inicial. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 652921595 (Yazmín Vergara) Martes y jueves de 19:30 a 20:30 (primer grupo) y de 20:30 a 21:30 horas (segundo grupo).	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes 20 de 16:30 a 18:30 horas	Taller "Violencia de género en el entorno laboral"	Se impartirá este taller con motivo del Día Internacional para la eliminación de la Violencia de Género (25 de noviembre).	Área Laboral de MUVISA	

CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a viernes en horario del Centro	Clases de la Academia del Patronato Ntra. Sra. de Lourdes	Clases de instrumentación musical. Se impartirán clases a través de la Academia del Patronato de Música de las siguientes materias: Música y movimiento, Solfeo, Piano, Trompa, Trompeta, Trombón, Bombardino, Clarinete, Flauta, Percusión, Saxo, Tuba. Información e inscripción en el Centro Ciudadano los lunes de 16:30 a 19:30 horas y miércoles de 16:30 a 20:30 horas. Más información: 630741122 o gestion.bandavalleguerra@gmail.com	Patronato de Música Ntra. Sra. de Lourdes	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 18:00 a 20:00 h, martes de 17:00 a 20:00 h	Formación Básica Inicial	Clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922 150 312, o 689 221 250 (WhatsApp) o en el enlace https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Ver horarios en "Descripción"	Clases de Graduado en ESO	Clases de secundaria dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Lunes, martes y miércoles de 15:00 a 20:00 horas, jueves de 16:00 a 20:00 horas Para más información e inscripción llamar al 922 15 03 12, ó 689221250 (WhatsApp) o en el enlace https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro

Continuación CC VALLE DE GUERRA...

Viernes de 17:00 a 19:00 horas.	Taller de Dibujo y Pintura.	Se realizará un taller de dibujo y pintura para niños/as y adolescentes a partir de 6 años. (Adultos llamar para consultar) Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tlf. 622698176 (no se responden WhatsApp).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 19:00 horas.	Tutorías de Radio ECCA	Atención y matrículas de Radio ECCA. Para más información 677911010 (WhatsApp) o ECCA.edu.es	Radio ECCA	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Aerofitness	Se realizará un taller de Aerofitness. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 615 05 64 41	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Ver horarios en la columna "Descripción"	Baile Moderno	- 1º Grupo de 4 a 7 años / - 2º Grupo de 8 a 12 años / - 3º Grupo adultos + 12 años Se realizará un taller de Baile Moderno. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 616945752 Martes y jueves: 1º Grupo: 17:30 a 18:30 h / 2º Grupo: 18:30 a 19:30 h / 3º Grupo: 19:30 a 20:30 h	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:30 a 17:30 horas	Yoga	Relajación, estiramientos y conexión con uno mismo. Para más información, Gloria - 682442980	Asociación de vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 18:30 horas	Yoga para Mayores	Clases de meditación, estiramientos y relajación, adaptado a todos/as. Para más información, Raúl - 640662587	Asociación de vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	Guitarra y Púa	Clases de guitarra para personas que sepan algo de solfeo, se perfeccionará la técnica, clases personalizadas. Para más información Elías - 680674238	Asociación de vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	Bailes Latinos	Son clases de bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien Para más información Jose - 619086974	Asociación de vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Lunes 18:00 a 19:30h	Danzoterapia	Se impartirán talleres donde se trabajará el movimiento y la sociabilidad a través de la música	A. Cultural Cueva de Unicornio	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 h	Metafísica Gratuita	Clases de Metafísica Gratuitas en las se hará un estudio de todo aquello que queda más allá de los sentidos físicos, aplicación de la enseñanza de Conny Méndez, estudio de las Leyes Universales. Para más información contactar con Maite - 656777626	Asociación de Vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	Metafísica	Clases de Metafísica Gratuitas en las se hará un estudio de todo aquello que queda más allá de los sentidos físicos, aplicación de la enseñanza de Conny Méndez, estudio de las Leyes Universales.	Asociación de Vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 18:30 horas	Yoga	Relajación, estiramientos y conexión con uno mismo.	Asociación de Vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Miércoles de 16:30 a 17:30 horas	Yoga para Mayores	Clases de meditación, estiramientos y relajación, adaptado a todos/as.	Asociación de Vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	Guitarra y Púa	Clases de guitarra para personas que sepan algo de solfeo, se perfeccionará la técnica, clases personalizadas.	Asociación de Vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	Bailes Latinos	Son clases de bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien.	Asociación de Vecinos IPALAN	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas	Danzoterapia	Ejercita tu cuerpo con ejercicios, estiramientos, relajación y danza.	Asociación Cultural Cueva de Unicornio	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 20:00 a 22:00 horas	Ensayos de la A.F. Isogue	Ensayos de la parte instrumental	A.F. Isogue	Consejo de Centro
Jueves de 19:15 a 20:30 horas	Clases de biodanza	Clases de Biodanza (Danza Vital)	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Martes 18 a 20 h, y jueves de 17 a 19 h	Ensayos Grupo Primavera	Ensayos del Grupo Primavera	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Viernes de 18:30 a 20:00 horas	Ensayos Parranda Isogue de San Juan	Ensayos Parranda Isogue de San Juan	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Zumbayor	Clases de Zumbayor Estático	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	Bailes de Swuing	Clases de Swuing	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Gimnasia de mantenimiento	Clases de Gimnasia de mantenimiento	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Jueves de 10:30 a 12:30 horas	Diafredo	Clases de Diafredo (Actividad Física)	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes, 16:00 a 17:00 h	Cardio Boxing	Se imparten clases de Cardio Boxing dirigida a todas aquellas personas que deseen participar.	Cardio Boxing	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas	Tertulia Literaria	El Club de la 3ª Edad, se reúne cada semana para hacer lectura de un libro, e intercambiar aspectos de este.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO BARRIO NUEVO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 20:30 a 22:30 h y sábados de 10:30 a 13:00 h.	Ensayos del Coro de Góspel	Ensayos de voces de la coral	Coro Góspel "Shine Voices"	Consejo de Centro
Martes y jueves de 10:30 a 12:00 horas	Ensayos de Puro Teatro	Ensayos del grupo teatral	Puro Teatro	Consejo de Centro
Ver horarios en "Descripción"	Juego de Ajedrez	Juegos de Ajedrez Federado. Martes, miércoles y viernes de 18:00 a 20:30 h., sábados de 16:00 a 18:00 h. y domingos de 10:00 a 12:00 h	Ajedrez	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00 h	Manualidades	Se reúnen para realizar diversos tipos de manualidades	Asociación Ntra. Sra. de Fátima	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL BATÁN

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 19:30 a 21:30 h	Ensayo de la Parranda	Ensayo de la parranda	Parranda Cuevas de Lino	

CENTRO CIUDADANO EL CENTENERO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 18:00 a 21:00 h, y sábados de 18:00 a 21:00 h	Tiro con arco	Tiro con arco del Club de Arqueros El Centenero	Club de Arqueros El Centenero	Comisión Promotora
Martes y jueves de 19:00 a 22:00 horas	Ensayos A.F. Verode	Ensayos instrumentales A.F. Verode	A.F. Verode	Comisión Promotora
Miércoles de 18:00 a 19:00 h y viernes de 17:00 a 18:00 h	Bailoterapia	Clases de Zumba	A.VV. El Centenero	Comisión Promotora
Viernes de 17:00 a 18:00 horas	Bailoterapia	Clases de Bailoterapia	A.VV. El Centenero	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO EL COROMOTO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	Zumba	Clases de Zumba	A.VV. El Coromoto	
lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	Yoga	Clases de Yoga	A.VV. El Coromoto	
De lunes a viernes de 16:00 a 20:00 horas	Juegos de mesa	Juegos de mesa	A.VV. El Coromoto	
Lunes, miércoles y viernes, de 17:00 a 18:15 horas	Taekwondo	Se imparten clases de Taekwondo para todas aquellas personas que deseen participar.	A.VV. El Coromoto	
Lunes de 20:30 a 21:30 h y miércoles de 21:30 a 22:30 h	Baile Latino	Se imparten clases de Baile Latinos para todas aquellas personas que deseen participar.	A.VV. El Coromoto	
Martes y miércoles de 20:00 a 21:30 h	Baile Canario	Se imparten clases de Baile Canario para todas aquellas personas que deseen participar.	A.VV. El Coromoto	
Jueves de 17:00 a 18:30 horas	Clases de Teatro	Se imparten clases de teatro para todas aquellas personas que deseen participar.	A.VV. El Coromoto	

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL I

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y viernes de 20:00 a 22:00 horas	Ensayos A.F. Santa Ana	Ensayo instrumental A.F. Santa Ana	A.F. Santa Ana	Consejo de Centro
De lunes a viernes de 16:00 a 21:00 horas	Juegos de mesa	Juegos de mesa	A.VV. La Milagrosa	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL II

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes, miércoles y viernes de 21:00 a 19:00 horas	Karate y Gimnasia de Mantenimiento	Clases de Karate y Gimnasia	Grupo de Kárate	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO GUAJARA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Horario en columna “Descripción”	Clases de Piloterapia	Actividad física de Pilates. Para más información acudir al centro en el horario indicado. Lunes de 19:30 a 20:30, miércoles de 20:00 a 21:00 y jueves de 17:30 a 18:30 horas.	Asoc. Pilaterapia	Consejo de Centro
Lunes 18:30 a 20:30	Clases de Chi kung	Chi kung. Es una técnica que comprende la mente, respiración y ejercicio físico. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Nivaria	Consejo de Centro
jueves de 18:30 a 20:30 horas	Clases de Wing Tzun	Wing Tzun es un arte marcial chino tradicional, aunque muchos lo reconocen como sistema marcial orientado a la defensa personal. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Nivaria	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 18:30 h	Teatro de Proximidad	Teatro de proximidad un proceso de creación guiado por Bel Zaid. Cuenta una historia curiosa de tu barrio o comunidad, desde el lenguaje íntimo del café teatro. Participa en una creación grupal y aprende diferentes maneras de interpretar una historia. La primera fase se desarrollará del 11 de octubre al 13 de diciembre. Para más información contactar en lacasacreciente@gmail.com	Asociación La Casa Creciente	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO GUAMASA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 20:00 a 22:00	Ensayo de la Danza	Ensayo Danza de Guamasa	Danza Guamasa	
Lunes y miércoles 18:00 a 19:30 y martes 20:00 a 21:30	Ensayo de la A.F. Leopoldo Morales	Ensayo de la parte instrumental y del cuerpo de baile	A.F. Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Miércoles 21:00 a 22:00	Ensayo Parranda Entreamigos	Ensayo de la parte instrumental	Parranda Entreamigos	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 20:00	Clases de Bordados	Actividad donde se aprende el arte de bordar	C.D. Guamasa	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 22:00	Baile	Como ya es tradición en el centro, se han retomado los bailes que organiza la Comisión de Fiestas con música en directo	Asociación de Fiestas de San Isidro Labrador	Consejo de Centro
Sábados de 18:30 a 18:00	Baile	Los sábados dicha asociación ofrecerá bailes con música en directo a los asistentes.	Asociación de Fiestas Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro
Domingos de 17:00 a 22:00	Baile	Como ya es tradición en el centro, se han retomado los bailes que organiza el Club de Mayores Leopoldo Morales con música en directo	Club de Mayores Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Lunes y viernes 17:00 a 19:00	Baile Urbano	Clases de baile urbano para jóvenes, donde se conocerán los diferentes bailes urbanos y sus pasos.	A.VV. Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LA CANDELARIA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes a viernes de 7:45 a 15:30 horas	Gestión y atención ciudadana	Gestión administrativa y atención a la ciudadanía del proyecto Barrios x El Empleo	Barrios x El Empleo	Comisión Promotora
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Ensayos Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Ensayos del Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Grupo "Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Comisión Promotora
Lunes 19:00 a 20:00 / martes y jueves de 18:00 a 20:00 h	Baile Moderno	Ensayos de Baile Moderno para todos aquellos niño/as y jóvenes que deseen participar.	Asociación Juvenil " Lo demos por el barrio"	Comisión Promotora
Lunes de 11:10 a 12:10 horas	Risoterapia	Clases de risoterapia dirigidos para los mayores	Centro psicológico U MAY"	Comisión Promotora
Viernes de 17:00 a 19:00 horas	Baile para Mayores	Ensayos de Baile Mayores para todas aquellas personas que deseen participar.	Asociación Juvenil " Lo demos por el barrio"	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO LA PITERITA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 16 a 21 h	Clases de Acordeón	Clases de Acordeón	A.VV. Bentejuí	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Zumba	Se desarrollan clases de Zumba para todas aquellas personas que deseen participar.	Asociación Juvenil AMPI	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LA VERDELLADA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:00 a 18:00 horas	Bordado	Clases de bordado	Asociación Mujeres de Lourdes	Consejo de Centro
Martes y jueves de 16:00 a 20:00 horas	Atención Ciudadana	La A.VV. Los Verdeños presta atención ciudadana a la ciudadanía con cita previa.	A.VV. Los Verdeños	Consejo de Centro
Miércoles 17 a 18	Clases de Canto	Se imparten clases de cantos para todas aquellas personas que deseen participar.	Asoc. Juvenil AJUVE	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LAS CARBONERAS

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles y sábados de 16:00 a 20:00	Actividades formativas relacionadas con el patrimonio cultural dentro del proyecto "241 Miradas"	Se realizan diferentes actividades dentro el proyecto "241 Miradas"	Proyecto socioeducativo itinerante Furgoneta Fantástica	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO LAS MANTECAS

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 19:00 a 23:00 horas	Ensayos A.F. Los Majuelos	Ensayos de baile y instrumentos A.F. Los Majuelos	A.F. Los Majuelos	

Continuación CC LAS MANTECAS...

Martes y jueves de 20:30 a 22:00 horas	Ensayos Rondalla Lírica Las Valkirias	Ensayos de voces e instrumentos Rondalla Lírica Las Valkirias	Rondalla Lírica Las Valkirias	
Jueves de 17:00 a 21:00 horas	Maquetismo y modelismo	Elaborar de maquetas	Asociación de Maquetistas de Tenerife	
Viernes de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Baile Urbano	Se imparten talleres de Baile Urbano	Grupo Baile Urbano	
Martes de 18:00 a 20:00 horas	Taller de Baile K: Pop	Se imparten talleres de Baile K: Pop	Grupo Baile K: Pop	

CENTRO CIUDADANO LAS MERCEDES

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes 20:00 a 21:00 horas	Ensayos Danza	Ensayo Danza de los Viejos Las Mercedes	Danza Los Viejos de Las Mercedes	
Martes y jueves 20:00 a 23:00 horas	Ensayo Coro	Ensayo del Coro Sueños de Anaga	Coro Sueños de Anaga	
Jueves 17:30 a 19:30 horas	Ensayo Parranda	Ensayo parranda Las Mercedes	Parranda Las Mercedes	
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	Proyecto "Echar unas Risas"	Para jóvenes entre 14 y 25 años este proyecto ofrece un espacio de encuentro, talleres, etc. Estas sesiones se enmarcan en el proyecto solicitado por el Área de Bienestar Social (Drogodependencias) del Ayuntamiento de La Laguna, a La Furgoneta Fantástica	Furgoneta Fantástica	Concejalía de Bienestar Social

CENTRO CIUDADANO LOS ANDENES

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 16:00 a 18:00 horas	Clases de Bordados	Actividad donde se aprende el arte de de bordar	A.VV. San Martín de Porres	
Martes y jueves 20:00 a 20:30 horas	Ensayo A.F.	Ensayo de la A.F. Achamán	A.F. Achamán	
Miércoles 16:00 a 18:00 y Viernes 17:00 a 20:00 horas	Escuela de la A.F. Achamán	Escuela donde se imparten clases de instrumentos de cuerda.	Escuela A.F. Achamán	
De lunes a viernes de 17:00 a 21:00	Juegos de mesa	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. San Martín de Porres	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Lunes de 18:15 a 19:30	Zumba	Taller de zumba que consiste en clases dirigidas de actividad aeróbica musical coreografiada.	A.VV. San Martín de Porres	

CENTRO CIUDADANO LOS BALDÍOS

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17:30 a 19:30 horas	Zumba	Clases de Gimnasia de mantenimiento	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	Bailoterapia	Clases de Bailoterapia	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 22:00 horas	Ensayos Tuna ULL de Medicina	Ensayos de La Tuna ULL de Medicina	Tuna ULL de Medicina	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 22:30 horas	Ensayos Grupo Enamorarte	Ensayos del Grupo Enamorarte	Grupo Enamorarte	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas	Ensayos	Ensayos del Grupo Musical Figueras del Rey	Grupo Musical Figueras del Rey	Consejo de Centro
Jueves de 20:30 a 22:30 horas	Ensayos	Ensayos del Grupo de Cuerda y Voz	Grupo de Cuerda y Voz	Consejo de Centro
Jueves de 19:15 a 20:15 horas	Yoga	Clases de Yoga	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Lunes de 16:15 a 18:15 horas	Clases Iniciación Informática	Clases de iniciación a informáticas	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	Clases Indumentaria Canaria	Clases de indumentaria canaria	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	Ensayos	Ensayos del grupo Sexteto Boyero	Sexteto Boyero	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL PILAR – LAS TORRES

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:30 a 18:30	Clases de pintura	Se imparten clases de Pintura	Amas de Casa	
Lunes a viernes de 18:00 a 21:00 horas	Juegos de mesa	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Larpi	
Jueves de 20:00 a 22:00 horas	Ensayo A.F. Parranderos y Punto	Ensayo Agrupación Folklórica	A.F. Parranderos y Puntos	

CENTRO CIUDADANO SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 19:00 a 20:00	Pilates	Taller de Pilates. Se realizan un conjunto de movimientos y ejercicios controlados para mejorar problemas posturales, dolores... Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	
Lunes, miércoles de 18:30 a 19:30 y viernes de 18 a 19 h	Gimnasia de mantenimiento	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	

Continuación CC SAN BARTOLOMÉ DE GENETO...

Viernes de 19:00 a 20:30 horas	Escuela infantil Folclore	Escuela de baile folklórico infantil. Para más información acudir al centro ciudadano, en el horario indicado	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	Escuela de Folclore Instrumental	Escuela de folclore instrumental donde podrán aprender a tocar cualquier instrumento de cuerda. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
miércoles de 19:30 a 21:30 horas	Clases de Danza Africana	Clases de Baile de la modalidad de danza Africana, para más información acudir al centro en el horario indicado	Danza Africana	Consejo de Centro
martes de 20:00 a 22:00 horas	Taller de Baile de Salón	Taller donde se aprenderán diversos pasos de los diferentes tipos de baile de salón	Consejo de Centro	

CENTRO CIUDADANO SAN LÁZARO

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 21:00 a 23:00 horas	Ensayo cuerpo de baile	Ensayo del cuerpo de baile de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	
Jueves de 21:00 a 23:00 horas	Ensayo parranda	Ensayo de la parranda de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	
Lunes de 17:00 a 21:00 horas	Ensayo	Ensayos del Grupo A Piacere, orquesta de cuerda pulsada, que realiza su actividad en este centro.	Grupo A Piacere	

CENTRO CIUDADANO SAN LUIS GONZAGA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:00 a 18:00	Taller de costura	Taller de costura donde se les enseñarán cómo coser, cortar y todo lo relacionado con esta técnica.	A.VV. Octubre 1953 San Luis Gonzaga	Consejo de Centro Gonzaga
Miércoles de 16:00 a 18:00	Taller de manualidades	Taller de manualidades donde se harán diferentes trabajos	A.VV. Octubre 1953 San Luis Gonzaga	Consejo de Centro Gonzaga
Miércoles y viernes de 18:00 a 20:00	Ensayo A.F. Fayna	Ensayo de la A.F. Fayna	A.F. Fayna	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN ROQUE

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:30 horas	Ensayos A.F. Aires Laguneros	Ensayos instrumentales A.F. Aires Laguneros	A.F. Aires Laguneros	
Miércoles de 18:30 a 22:00 horas	Ensayos Grupo Musical Meraki	Ensayos Grupo Musical Meraki	Grupo Musical Meraki	
Miércoles de 18:00 a 22:00 h y sábados de 10:00 a 14:00 h	Ensayos	Ensayos del grupo Fashion Model	Grupo Fashion Model	A.VV. San Roque

CENTRO CIUDADANO VALLE JIMÉNEZ

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00	Clases de Gimnasia de Mantenimiento	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto.	A.VV. Valle Jiménez	
Miércoles de 18:30 a 22:00 y viernes de 20:30 a 22:00 horas	Clases de Guitarra	Clases para aprender a tocar la guitarra.	A.VV. Valle Jiménez	
Martes a sábado de 17:00 a 22:30	Juegos de mesa	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Valle Jiménez	
martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas	Ensayo de grupo de música	Ensayo de un grupo de música de nueva creación	Grupo música	

CENTRO CIUDADANO VILLA HILARIA

FECHA	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 18:30 a 20:30 horas	Taller de Vocalización	Taller de vocalización, para todas aquellas personas que deseen participar. Para más información, pueden ponerse en contacto al siguiente correo electrónico: avlosdragos@hotmail.es	A.VV. Los Dragos de Villa Hilaria	Consejo de Centro