

HORARIOS DE LOS CENTROS CIUDADANOS

CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

Teléfono: 922626408

Correo electrónico: ccsanjeronimo@gmail.com

Horario habitual: lunes a viernes de 8:00 a 22:00 h.

CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

Teléfono: 922617527

Correo electrónico: ccperezsotocardonal@gmail.com

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

CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

Teléfono: 922624276

Correo electrónico: ccsanmatiasl@gmail.com

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

CENTRO CIUDADANO TEJINA

Teléfono: 922546842

Correo electrónico: cctejuana@gmail.com

Horario: lunes a viernes de 8:00 a 22:00 h.

CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

Teléfono: 922159983

Correo electrónico: ccvalleguerra@gmail.com

Horario: lunes a jueves de 14:00 a 21:30 h y viernes 14:15 a 21:30 h

CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

Teléfono: 922156509

Correo electrónico: ccpuntaidalgo@gmail.com

Horario: lunes a jueves 14:00 a 21:30 h y viernes 8:00 a 15:15 h.

El 23 de septiembre se abre en horario de 8:00 a 15:30 h.

CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

Teléfono: 922823316

Correo electrónico: ccclaschumberas@gmail.com

Horario: lunes a viernes de 15:30 a 21:30 h.

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

Teléfono: 822179127

Correo electrónico: ccsanmigueldegeneto@gmail.com

Horario: lunes a viernes de 8:30 a 14:00 h.

CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

Teléfono: 922663320

Correo electrónico: ccvistamar@gmail.com

Horario: lunes a viernes de 15:00 a 21:00 h

CENTRO CIUDADANO GRACIA

Teléfono: 922260381

Correo electrónico: ccgracia@gmail.com

Horario: Lunes 15:00 a 22:00 h. Martes 14:30 a 22:00 h. Miércoles 14:30 a 22:00 h. Jueves 8:00 a 15:30 h. Viernes 14:30 a 22:00 h.

CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

Teléfono: 922266669

Correo electrónico: ccciudadanosandiego@gmail.com

Horario: Lunes de 16.00 a 22.00 h. Martes: de 9.00 a 13.00 h y de 16.00 a 22.00 h. Miércoles: 16.00 a 22.00 h. Jueves: de 9.00 a 13.00 h y de 16.00 a 22.00 h. Viernes: 9.00 a 14.15 h.

CENTRO CIUDADANO LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

Teléfono: 922257454

Correo electrónico: ccclasmadres@gmail.com

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

Horario de aperturas ordinarias de dos sábados al mes: sábado 7 de septiembre de 10.00 a 22.00 h. y 21 de septiembre de 10.00 a 14.00 h.

CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

Teléfono: 922670967

Correo electrónico: ccficaesp@gmail.com

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

CENTRO CIUDADANO SALUD ALTO- EL ROCÍO

Teléfono: 922882796

Correo electrónico: ccelrocio@gmail.com

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

CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

Teléfono: 922656544

Correo electrónico: ccmeltranvia@gmail.com

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

HORARIOS CENTROS CIUDADANOS SIN PERSONAL PERMANENTE

CENTROS CIUDADANOS LAS MERCEDES

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

Del 12 de agosto al 6 de septiembre, ambos inclusivos, cierra la cantina, sólo se abrirá el centro si hay alguna actividad, como pueden ser los ensayos de los grupos.

CENTROS CIUDADANOS SAN LUIS GONZAGA

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS PILAR - LAS TORRES

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

CENTROS CIUDADANOS SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

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

CENTROS CIUDADANOS EL BATÁN

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS SAN LÁZARO

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS CAMINO TORNERO

Abren los días con actividad programada.

ESPACIO POLIVALENTE LAS CANTERAS

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS GUAJARA

Abre los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS EL ORTIGAL I

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

CENTROS CIUDADANOS EL ORTIGAL II

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS JARDINA

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

CENTROS CIUDADANOS LAS CARBONERAS

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS 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.

CENTROS CIUDADANOS CRUZ CHICA

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS EL COROMOTO

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

CENTROS CIUDADANOS LOS BALDÍOS

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 23:00 horas.

CENTROS CIUDADANOS EL CENTENERO

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

CENTROS CIUDADANOS SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS LAS MANTECAS

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS PRINCESA IBALLA

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

CENTROS CIUDADANOS VILLA HILARIA

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

CENTROS CIUDADANOS LA PITERITA

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS VALLE JIMÉNEZ

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

CENTROS CIUDADANOS BRONCO - LOMO LARGO

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS LOS ANDENES

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS LA VERDELLADA

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

CENTROS CIUDADANOS SAN ROQUE

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

CENTROS CIUDADANOS BARRIO NUEVO

Abren los días con actividad programada.

CENTROS CIUDADANOS LA CANDELARIA

Teléfono: 922 647 896

Correo electrónico: cbarriolacandelaria@gmail.com

Horario: días con personal de dinamización: martes y jueves fijos y viernes alternos (con el CC Bajamar) de 16:00 a 20:00 horas.

Días sin personal de dinamización y con apertura por parte de los colectivos: lunes y miércoles fijos y viernes alternos cuando tienen actividad.

CENTROS CIUDADANOS BAJAMAR

Teléfono: 922 150 044

Correo electrónico: ccbajamar@gmail.com

Horario: Días con personal de dinamización: Lunes y miércoles fijos y viernes alternos (con el CC La Candelaria) de 17:00 a 21:00 horas.

Días sin personal de dinamización y con apertura por parte de los colectivos: martes y jueves fijos y viernes alternos de 16:30 a 21:00 horas.

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17.00 a 18.00 horas	Clases de Timple Para iniciados a través de la asociación de vecinos para el aprendizaje de este instrumento tradicional. Previa inscripción en el centro 922 26 66 69	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de centro
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
Martes de 16.30 a 17.30 horas	Clases de Zumba Actividad física adaptada para mayores de 55 años, coreografías de bailes y ejercicios físicos. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Ayto. de La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 16.30 a 17.30 horas	Clases de Estimulación Musical Actividades para mayores de 55 años. Actividad donde trabajan la parte cognitiva con la música, estimular el sentido del oído y la voz a través de ejercicios. Previa inscripción en el centro 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Ayto. de La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles de 16.30 a 18:30horas	Raíces Digitales Se imparten clases de digitalización para los mayores de 55 años, manejo del ordenador, Tablet, móvil, adquirir conocimientos en el campo de las nuevas tecnologías. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Ayto. de La Laguna	Consejo de Centro
Los primeros miércoles de cada mes de 16.30 a 18.30 horas	Grupo de apoyo gratuito a la lactancia materna, Tribu Mamíferas Raquel Melián Armas matrona y asesora de lactancia y Jennifer Rodríguez enfermera y asesora de lactancia, darán apoyo gratuito de lactancia materna a través de la Comisión de Lactancia materna de la Gerencia de Atención Primaria de Tenerife y el Servicio Canario de Salud. Más información e inscripciones en los teléfonos Raquel 687 614 185 y Jennifer 645 394 941	Comisión de Lactancia Materna de la GAPTF	Consejo de Centro
Los primeros lunes de mes de 16.30 a 18.00 horas	Lectura de un libro El grupo de lectura se reúne una vez al mes para compartir ideas y reflexiones de la lectura del libro que previamente han elegido entre todos, cultivando un ambiente de respeto, tolerancia y participación. Interesados/as llamar al centro 922 266 669	Grupo de Lectura	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18.30 a 19.30 horas	Yoga para mayores. Previa inscripción a través de la asociación y para más información 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 17.00 a 18.30 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

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y Jueves de 20.00 a 20.45 horas	Clases de Pilates Se imparten clases de Pilates suelo, para adultos, previa inscripción a través de la asociación profesora. Información en el centro. 922 266 669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 9.00 a 10.00 horas	Clases de Chikung Se imparten clases 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 de 10.30 a 12.00 horas	Clases de Yug-Do Salud, Arte de Vida Con estas clases de busca esencialmente la salud y el desarrollo de la Conciencia. Previa inscripción a través del maestro Eusebio Pareja 607404858 o viniendo el día de la actividad.	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 a través de la asociación o en el centro 922 266 669.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 10.30 a 12.00 horas	Clases de Informática Clases de informática de inicio para personas 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 o en el centro.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Jueves de 17.30 a 19.00 horas	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 18.45 a 20.00 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
Jueves de 19.00 a 20.30h	Curso Escritura Creativa Se imparte el curso en período escolar de octubre a junio, donde se les dará herramientas a los asistentes para poder escribir sus propios relatos Previa inscripción con el profesor Mariano 626 012 063	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles de 16.30 a 19.00 horas	Teatro del Buen Trato Actividad dirigida a las mujeres, con teatro, relatos y sobre todo de buenos tratos. Previa inscripción en el centro.	Concejalía de la Mujer del Ayto. La Laguna	Consejo centro
Martes y Viernes de 21.00 a 22.30 horas	Ensayo del coro Ensayo vocal, cualquier persona interesada en formar parte del coro, puede contactar acudiendo directamente al centro en el horario del ensayo.	Coro Star d Choir	Consejo de centro
Martes de 16.00 a 17.30 horas	Clases de Estimulación - Gimnasia Actividades para mayores de 60 años Actividad física adaptada para mayores de 60 años, donde trabajan coordinación, movimiento, trabajan también la parte cognitiva. Previa inscripción en el centro.	Concejalía de Bienestar Social del Ayto. de La Laguna	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves de 16.30 a 17.30 horas	Clases de Estimulación Musical Actividades para mayores de 60 años Actividad donde trabajan la parte cognitiva con la música, estimular el sentido del oído y la voz a través de ejercicios. Previa inscripción en el centro.	Concejalía de Bienestar Social del Ayto. La Laguna	Consejo de centro
Jueves de 18.00 a 19:30 horas	Clases de Teatro Actividades para mayores de 60 años Expresión corporal a través de ejercicios y memorizan textos para trabajar la memoria. Previa inscripción en el centro.	Concejalía de Bienestar Social del Ayto. de La Laguna	Consejo de centro
Lunes de 18.00 a 21.00 horas	Curso de Silbo Gomero 2º grupos, silbo de inicio y silbo avanzado Grupo para principiantes y curso para los asistentes a los dos cursos anteriores, previa inscripción en el centro o a través de la Asociación Cultural Silbo Gomero.	Asociación Cultural Silbo Gomero	Consejo de centro
Primer miércoles de mes, de 16.30 a 18.30 horas	Grupo de apoyo a la Lactancia Materna	Comisión de Lactancia Materna de la Gerencia de Atención Primaria de Tenerife y el Servicio Canario de Salud	Consejo de Centro
Pdt fecha	Presentación de la nueva Asoc. de Mayores La Vega Lagunera Se reúne la nueva asociación de mayores La Vega Lagunera para presentarse a los usuarios/as, vecinos/as, mayores del centro y de la zona, para dar a conocer su hoja de ruta, con vistas a este último trimestre.	Asociación de Mayores La vega Lagunera	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO GRACIA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
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
Jueves de 10:00 a 11:30 horas.	Taller de Instrumentación de Folclore Canario Inscripción previa. Contacto: Arodi. Teléfono: 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 21:30 horas	Ensayos Ensayo musical y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:30 horas	Taller de Canto Canario Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Miércoles de 16:45 a 19:30 horas	Taller de Instrumentación de Folclore Canario Inscripción previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



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
A partir del 16 de septiembre, lunes 17:30 a 19:00 y martes de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Rosetas También conocida encaje de Tenerife. Inscripción previa. Contacto: Carmen. Telf. 627085523	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles de 19:30 a 21:30 horas	Ensayos Ensayo instrumental y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec (Grupo Adulto)	Consejo de Centro
Viernes de 16:00 a 18:30 horas	Ensayos Ensayo instrumental y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec (Grupo Infantil)	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	Taller de Baile Tradicional Canario (Iniciación) Inscripción previa. Contacto: Carlos. Telf. 629415800	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Viernes de 16:30 a 17:30 horas.	Taller de Estimulación Cognitiva para Mayores. Optimizar las distintas capacidades y funciones cognitivas. Inscripción 698956041 Periodo de septiembre 2024 hasta julio 2025	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:00 y los 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
Sábados de 16:00 a 20:00 horas.	Juegos de Tablero y Rol Juego interpretativo-narrativo, donde cada jugador representa el papel de una persona. Inscripción previa. graciavecinos@gmail.com 624318757	Asociación de Vecinos Santa María 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. Tlf, 627863599	Grupo Metafísica	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 21:00 horas. Periodo de septiembre 2024 - junio 2025.	Curso de educación emocional para jóvenes de 18 a 21 años. Proyecto social basado en una propuesta pedagógica centrada en la educación emocional de valores, liderazgo y financiera.	La Akademia Tenerife	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas	Clases de Informática Se trata de taller donde se trabajará con el ordenador, teléfono móvil y otros recursos electrónicos. Inscripción previa. Inscripción previa. Teléfono 647 888 620	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Viernes 18:30 a 20:00 horas	Talleres de Percusión Canaria Tambor, Lapas, Chácaras, Caña y Huesera, Pandereta, Castañetas, Caña rajada, etc. Inscripción previa teléfono 693743131	A.F. Alborada Canaria	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Miércoles de 16:00 a 18:45 horas y jueves de 09:00 a 13:00 horas.	Clases de Piano Iniciación. Inscripción previa teléfono 623 114 433	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
A partir del 17 de septiembre, cada martes de 18:30 a 20:00 horas.	Clases de telar Kumihimo Kumihimo es una forma de trenza japonesa. Mediante esta técnica se realizan pulseras. Inscripción llamar al centro 922.26.03.81	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles 11 de 17:00 a 18:30 horas.	Taller de Risoterapia “Risoterapia” (conociendo métodos de comunicación verbal y no verbal que nos ayuden a aliviar nuestras situaciones diarias de estrés, etc.	Centro de La Familia	Consejo de Centro
Desde el 16 de septiembre hasta 15 de diciembre 2024. Cada martes de 17:00 a 19:00 horas.	MOREYBA Proyecto de inclusión social "Sembrando amor desde Nuestras Raíces" Este proyecto es un programa diseñado para fomentar el empoderamiento de la mujer a través de acciones concretas que promuevan su desarrollo integral y su participación en la comunidad.	Asociación Social Flor de Mayo	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
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. 677.911.060 / 922.10.09.80	Radio ECCA	
Lunes y miércoles, de 17:00 a 19:00 h	Clases de Dibujo y Pintura La Asociación ARTECREADORES oferta talleres de todos los niveles. Para más información contactar con el monitor Daniel Lecuona: 622.698.176	Asociación Cultural ARTECREADORES	
De lunes a viernes, de 8:00 a 14:00 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. Entidad que trata de impulsar la igualdad de los derechos sociales, creando entidades, proyectos y programas innovadores y todo tipo de iniciativa que contribuya a ello. Su objetivo es movilizar recursos personales y materiales para generar nuevos empleos, actividades, servicios y estrategias de desarrollo de las personas, de los territorios y de las instituciones públicas y privadas. Para más información: 601.647.502 // 922.92.60.69	Asociación Creativa	
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: 678801807	ASPERCAN	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 20:15 a 21:45 h.	Taller de Tango Se imparten clases de iniciación. Información e inscripción info@factoriamilonguera.com // WhatsApp 647.158.550	Asoc. Cultural Factoría Milonguera	Consejo de Centro
Miércoles, de 10:00 a 13:00 h	Taller de retoque fotográfico A través de la Asociación Enrique Romeu ofrece a los mayores esta actividad. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
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. Contactar con Marisol	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. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	Bordado Español 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. Contactar con Marisol	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. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Viernes, de 16:00 a 17:00 h	Gimnasia A través de la Asociación Enrique Romeu se les ofrece a los mayores la actividad de gimnasia para mayores. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	
Jueves de 16:00 a 17:30 h.	Pintura al óleo para mayores A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de pintura. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	
Jueves de 17:45 a 19:15 h,	Cocina saludable A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de cocina. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	
Miércoles de 18:00 a 19:30 h.	Yoga A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de yoga	Área de Bienestar Social	
Viernes de 16:00 a 17:00 h y de 17:00 a 18:00 h.	Fotografía A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de fotografía.	Área de Bienestar Social	
Jueves de 16:00 a 17:30 h,	Estimulación Cognitiva A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de estimulación para la memoria.	Área de Bienestar Social	
Miércoles y viernes 10:30 a 11:30 h.	Gimnasia coreográfica A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de gimnasia	Área de Bienestar Social	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles, de 17:00 a 18:30 h	Acondicionamiento Físico A través del OAD se imparten clases de Acondicionamiento Físico, para más información: https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d	Organismo Autónomo de Deportes	
Lunes y miércoles, de 9:00 a 10:30 h	Yoga A través del OAD se imparten clases de Yoga, para más información: https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d	Organismo Autónomo de Deportes	
Lunes, de 9.30 a 10.30 h	Gimnasia con coreografía A través de la Asoc. Camino Real de La Villa se imparten clases de gimnasia con la monitora Patricia	Asociación Camino Real de La Villa	
Sábado 7 de 10.00 a 22.00 h.	Pachanga Scaletrix. Verificación y carrera Slotlagun y Scaletrix. Competición de Scaletrix para los miembros del Club Deportivo y simpatizantes	Club Deportivo Slotlagun Scaletrix	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 08:00 a 14:00, los martes 09:00 a 13:00, los miércoles de 08:00 a 14:00, los miércoles de 18:00 a 20:00, jueves 09:00 a 14:00 y los jueves de 15:00 a 19:00 horas.	Formación reglada ESO De octubre de 2023 a junio de 2024 Educación dirigida a mayores de 18 años que no han titulado en la ESO	Educación de Adultos CEPA La Laguna	Consejo de Centro
Lunes 10:00 a 11:30 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 de 10:00 a 11:00 horas	Yoga Taller de Yoga dirigido a usuarios y usuarias de la Asociación.	Asoc. de ayuda a personas con dependencia en Canarias - APEDECA	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 11:00 a 12:00 horas	Tai Chi / Chikung 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 y miércoles de 12:00 a 13:00	Wing Tsun	A. D. GR Wing Tsun	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



	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.		
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 jueves 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	Tai Chi / Chikung (Principiantes) 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 y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Refuerzo musical Actividad dirigida a las personas que quieran reforzar sus conocimientos y habilidades de canto	A. F. Ariferint	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
Lunes de 19:00 a 21:00 horas	Clases de lenguaje silbado. Se formará a los/las asistentes en la comunicación del lenguaje silbado	Asociación Yo Silbo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Dansumba Se realizarán talleres donde se tonificará 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 09:00 a 15:00 horas	Atenciones a ciudadanos de la zona dentro del Proyecto Integra Atenciones ciudadanas individualizadas	Asociación Rayuela	Consejo de Centro
Martes y jueves de 09:00 a 10:00 horas	Taller de Entrenamiento Funcional Taller de actividad física donde se trabajará Cardio, Gap, Tonificación, Pilates, Flexibilidad y Yoga	A. Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 10:00 a 13:00 horas	Atenciones personalizadas Atención dirigida a todo público. Brindar apoyo a los usuarios, familias con hijos con discapacidad auditiva, especialmente a usuarios de Implante Coclear, dentro del Proyecto "Elige una Oportunidad"	Asociación Pro Derechos Humanos Mi Mundo Es Silencio	Consejo de Centro
Martes de 11:30 a 12:30 horas	Clases Revisión de trabajos y aclaración de dudas de los alumnos/as que reciben sus clases a través de la plataforma formativa	Radio ECCA	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 16:00 a 18:30 horas	Taller de Cocina Mexicana - Iniciación Elaboración recetas sencillas y posteriormente se degustarán las mismas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
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 de 17:00 a 18:00 horas y jueves de 16:00 a 18:00 horas	Curso de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas - Introducción a la Moda, Diseño, Patronaje y Costura y Acabados Se tratará el curso desde el punto de vista del reciclaje y aprovechamiento de materiales, así como la psicología de la moda, dándole un enfoque personalizado y con sentido.	A. C. Aguiere	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 de 18:00 a 21:45 horas	Teatro Se realizarán ensayos preparatorios de distintas representaciones teatrales	Grupo de Teatro ALMA	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	Pilates 1 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 18:30 a 21:30 horas	Taller de Cocina Mexicana - Avanzado Se realizarán recetas con un mayor nivel de elaboración y posteriormente se degustarán las mismas.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	Pilates 2 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 19:00 a 21:00 horas	Clases de lenguaje silbado Se formará a los asistentes en la fonética y gramática del lenguaje silbado	Asociación Yo Silbo	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas	Entrenamiento Funcional El 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
Miércoles 10:00 a 11:00 y viernes de 10:30 a 11:30 horas	Yoga I El yoga 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 11:00 a 12:00 y viernes de 11:30 a 12:30 horas	Yoga II El yoga 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

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



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
Jueves 10:00 a 12:00 horas	Calado y Roseta Canaria I 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, actividad quincenal	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 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 18:00 a 20:00	Chácaras 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
Jueves de 18:00 a 21:00	"Cultiva tu mente jugando" Se trabajará la estimulación cognitiva, a través de los juegos de mesa	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 16:00 a 17:30 horas	Dibujo y pintura Infantil 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 Iniciación Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 19:30 horas	Taller de Canto Canario Taller de refuerzo de las voces que componen la A. F. Ariferint	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Viernes 18:00 a 19:30 horas	Dibujo y pintura Adultos 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 Intermedio Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 22:00 horas	Ensayos de la agrupación Se realizarán ensayos de los Bailarines Herreños en Tenerife	Bailarines Herreños	Consejo de Centro
Los Lunes y miércoles de agosto de 08:00 a 14:00 horas	Atenciones a usuarios Atenciones a usuarios para la inserción socio-laboral a través de itinerarios con o sin formación. Programa encaminado a la mejora de la empleabilidad y la inserción laboral de personas altamente vulnerables en Tenerife y Gran Canarias, financiado por el FSE + a través del Ministerio de Trabajo y Economía Social	ONG CESAL	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Del 2 al 30 de septiembre - Lunes y miércoles de agosto de 08:00 a 14:00 horas	Atenciones a usuarios Atenciones a usuarios para la inserción socio-laboral a través de itinerarios con o sin formación. Programa encaminado a la mejora de la empleabilidad y la inserción laboral de personas altamente vulnerables en Tenerife y Gran Canarias, financiado por el FSE + a través del Ministerio de Trabajo y Economía	ONG CESAL	Consejo de Centro
Jueves de septiembre de 18:00 a 21:00 horas	Taller de Maquillaje Taller en el que se enseñará a los/las participantes técnicas de diversos tipos	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 6 de septiembre de 09:00 a 19:00 horas	Presentación Se presentará el programa de La Laguna Educa, del Ayuntamiento de La Laguna, curso 2024/	Luide Servicios	Consejo de Centro
Del 13 al 30 de septiembre. Horario del centro	Exposición “Reflejos de la vida con un pincel” Se expondrán obras de pintura sobre porcelana, realizadas con diferentes técnicas	María Herminia Gorrín Ramos	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	Metafísica Actividad de relajación, coordinación y momento de paz	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	Pilates Ejercita tu cuerpo con ejercicios, estiramientos, relajación y danza.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	Danzoterapia Relajación, estiramientos y conexión con uno mismo.	Asociación Cultural Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 16:00 a 18:00 horas	Ensayos del grupo Ensayos del grupo para las actuaciones	Asociación Cultural Musical Anaga 4	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 19:00 horas	Yoga Clases de guitarra para personas que sepan algo de solfeo, se perfeccionará la técnica, clases de Ipalan personalizadas.	Asociación de Mayores Vistamar	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	Guitarra y Púa Taller dirigido a nuestros mayores dónde se ayudará con el mantenimiento y desarrollo de Ipalan las competencias individuales de cada participante, para personas con dificultades cognitivas. Hay dos grupos, uno de 16:30 a 17:30 horas y el segundo de 17:30 a 18:30 horas	Asociación de Mayores Vistamar	Consejo de Centro
Jueves de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Cognitividad Son clases de bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	Bailes Latinos Taller de Memoria, promueve Bienestar Social	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 16:00 a 18:00 horas	Crochet Se impartirán clases de crochet, técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta y específica. Persona de contacto: Rosa (635 677 198)	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
--------------------------------	---	--	-------------------

CENTRO CIUDADANO SALUD ALTO – EL ROCÍO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:30 a 20:30 horas y martes de 17:30 a 19:30 horas	Vestimenta Tradicional Canaria Confección de vestimenta típica y campesina Canaria. Más información , inscripciones 666 270 472	Asoc. Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes de 16:30 a 17:30 horas	Croché El ganchillo, croche 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 miércoles 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 619086974	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes y jueves de 15:00 a 16:45 horas	Entrenamientos Entrenamiento Federados Tenis de Mesa	Federados Tenis Mesa	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 20:00 horas	Ensayos bailadores canarios Ensayo	Asociación de Bailadores Canarios de Diego Felipe – Guaratene	Consejo de Centro
Viernes de 18:30 a 19:30 horas	Estimulación Cognitiva Actividad gratuita orientada a los mayores que busca favorecer procesos cognitivos como la atención, el lenguaje y la memoria. Inscripciones : 698 956 041 / 922 882 796	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Miércoles 4 de septiembre de 17:00 a 20:00 horas	Servicio de Psicología y Atención sobre la Salud Mental Se llevarán a cabo sesiones de atención psicológica individualizadas.	Concejalía de Educación	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Todos los lunes de 18:30 a 20:00 hs.	Metafísica Clases de metafísica. Para más información contactar con Carmen Díaz en el siguiente número de teléfono 640281041	A.V.V. AVELCA	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Todos los martes de 18:30 a 19:30 hs.	<p>Yoga</p> <p>Descubre el equilibrio entre mente y cuerpo mientras te sumerges en posturas suaves que harán que te sientas fuerte y flexible a la vez. ¡Aprende a calmar tu mente, respirar consciente y a mover tu cuerpo! ¡Te esperamos en la esterilla! Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 644839346</p>	A. MM. Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 09:15hs. a 10:30hs.	<p>Yoga Adaptada</p> <p>Hatha Yoga es una oportunidad de conocerte a ti mismo en plenitud, trabajando a través de tu cuerpo. Mediante la realización de las ásanas o posturas, la respiración y la meditación. El yoga es una de las prácticas para el bienestar y la salud más antiguas del mundo, aporta muchos beneficios como: relajación, flexibilidad y ayuda a prevenir problemas de espalda y a tomar consciencia de la respiración. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 699 871 907</p>	Asociación de Profesores de Yoga de Canarias Samanvaya	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 19:30 a 20:30 horas.	<p>Clases de baile folklórico</p> <p>Taller con nivel de iniciación y perfeccionamiento. Para más información e inscripciones contactar a través de WhatsApp al 655331514- Andrés Mendoza.</p>	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los miércoles 18:30 a 20:00 horas	<p>Clases de instrumentos de cuerda</p> <p>Taller para aprender a tocar la guitarra, bandurria, timple, bajo y laúd. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 608723909</p>	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los martes de 18:00 a 20:00 horas	<p>Clases de guitarra</p> <p>Taller para aprender a tocar distintos instrumentos de cuerda. Para más información e inscripción pueden enviar un WhatsApp al 664820382</p>	Parranda Amuley	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 20:30 a 22:00 horas	<p>Ensayos de baile y parranda</p> <p>Ensayo del cuerpo de baile y la parranda de la Agrupación Folklórica Tacoremi . Para más información: 655331514 (Escuela de baile) o 608723909 (Escuela de cuerda)</p>	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:15 horas	<p>Tai- Chi</p> <p>El Tai-Chi es un arte marcial que ayuda a trabajar el estrés y la disciplina. Para más información e inscripciones acudir 10 minutos antes del inicio de la actividad</p>	A.V.V. AVELCA	Consejo de Centro
Todos los viernes de 16:30 a 17:30 horas	<p>Capoeira infantil</p> <p>Clases para niñas y niños de capoeira infantil dónde se aprenderá esta disciplina que combina la danza, acrobacias, artes marciales y música. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 646547832</p>	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	<p>Capoeira adulta</p> <p>En las clases de capoeira para adultos, se aprenderá esta disciplina que es una combinación de artes marciales, acrobacias y danza. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 646547832</p>	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Todos los martes de 19:30 a 20:30 horas. y viernes de 19:30 a 20:45 horas.	<p>Zumba</p> <p>Zumba es una disciplina deportiva que mezcla el ejercicio y el baile en un entorno divertido y ameno. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 677785700</p>	A.V.V. AVELCA	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



<p>Todos los martes y jueves de 10:30 a 11:30 horas. y de 17:00 a 18:30 horas.</p>	<p>Pilates suelo El pilates de suelo es una disciplina que permite la tonificación y activación corporal. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 616178877</p>	<p>A.VV. Finca AVELCA</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Todos los lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas.</p>	<p>Salsation Disciplina que fusiona el baile y el ejercicio. Mejora la coordinación, atención y el estado físico. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 662555143</p>	<p>Asociación de Acción Teatral Actrices con A</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Todos los lunes, martes, jueves y viernes de 16:00 a 18:00 horas</p>	<p>Funcional Body Clases de entrenamiento funcional dirigidos por un monitor deportivo. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 670378209</p>	<p>Asociación de Mayores Pérez Soto</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Todos los miércoles de 18:00 a 19:00 horas</p>	<p>Taller de Estimulación Cognitiva La terapia de estimulación cognitiva consiste en desarrollar estrategias para mejorar la calidad de vida y el bienestar físico y social. Esta actividad permite mejorar capacidades y funciones cognitivas como la percepción, la atención, el razonamiento, la memoria, el lenguaje etc. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 698956041</p>	<p>Asociación de Mayores Pérez Soto</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Todos los lunes y miércoles de 16:30 a 18:30 horas; y martes y jueves de 16:00 a 17:00 horas.</p>	<p>Teatralízate Talleres lúdicos de teatro dirigidos a público infantil, juvenil y adulto. Esta actividad tiene por objetivo la promoción del desarrollo personal, la cohesión social, creatividad y autoestima a través de la participación en la representación teatral . Para más información e inscripciones contactar con el monitor en el siguiente número de teléfono 622063910</p>	<p>Asociación Save the Planet Canarias</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Martes 3 de septiembre de 10:00 a 11:30 horas</p>	<p>Charla "Alternativas Terapéuticas tras la cirugía mamaria" Charla dirigida a pacientes y público general donde se informará de los distintos productos ortoprotésicos dirigidos a mejorar la calidad de vida de las personas diagnosticadas de cáncer de mama.</p>	<p>Asociación Amate</p>	<p>Consejo de Centro</p>

CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
<p>Lunes y jueves de 17:00 a 18:30 horas</p>	<p>Ensayo de folclore canario Para formar parte del grupo llamar al 685770129</p>	<p>Grupo de mujeres del barrio</p>	
<p>Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas</p>	<p>Taller de Pintura Inscripción en el tlf. 697 348 989.</p>	<p>Asociación de Mujeres LIBERGARA</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas</p>	<p>Taekwondo Arte marcial dirigida a niños/as entre 3 y 13 años. Inscripción en el tlf. 603 506 805.</p>	<p>Club Deportivo TKM La Laguna</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Martes de 10:00 a 12:00 horas</p>	<p>Taller de Cestería Dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 659 155 336.</p>	<p>Asociación de Mujeres LIBERGARA</p>	<p>Consejo de Centro</p>
<p>Miércoles de 18:00 a 20:00 horas</p>	<p>Taller de Fofuchas y Manualidades Taller de creación de Fofuchas dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 611 256 862.</p>	<p>Asociación de Vecinos La Montaña</p>	<p>Consejo de Centro</p>

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 9:30 a 11:30 y jueves de 18:30 a 20:30 horas	Taller Confección 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
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
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. 922 624 276.	Servicio de Biblioteca	Consejo de Centro
Viernes de 9:00 a 10:00 horas	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 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
Lunes de 16:30 a 17:30 horas y miércoles de 17:30 a 18:30 horas	Entreno Dual Entreno Dual (Funcional y Zumba Fit) Funcional: Ejercicios de fuerza con material deportivo variado y Zumba Fit: Cardio de alto rendimiento (con y sin pesas). Inscripción e información en el tfno. 622,821,568	Asoc. Cultural y Musical Angora	
Martes de 9:30 a 10:30 horas	Entrenamiento Funcional Realización ejercicios de fuerza con material deportivo variado. Inscripción e información en el tfno. 622.821.568	Asoc. Cultural y Musical Angora	
Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas	Zumba Fit	Asoc. Cultural y Musical Angora	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



	Zumba Fit. Cardio de alto rendimiento (con o sin pesas). Inscripción e información en el tfno. 622.821.568	
--	--	--

CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Martes y miércoles de 16:30 a 17:30 horas (Durante todo el año).	Taller de Estimulación Cognitiva para Personas Mayores. Dirigido a los socios y socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que se entrenará la memoria, a través de diversos ejercicios con el fin de evitar un deterioro cognitivo precoz. Las personas mayores interesadas en asistir deben ser socio/a de la Asociación para lo que pueden contactar directamente con la Presidenta al número de teléfono 686 64 06 92 (Conchi)	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas. (A partir del 16 de septiembre hasta el mes de diciembre de 2024).	Taller de Manualidades para Personas Mayores. Se llevarán a cabo trabajos haciendo uso de diferentes materiales. Para inscribirse acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo en C/ Dona nº 20, Taco de 08:30 a 21:30 horas o llame al teléfono 922 62 64 08. (Plazas limitadas)	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro
Viernes de 16:00 a 17:00 horas. (A partir del 16 de septiembre hasta el mes de diciembre de 2024).	Gimnasia Coreográfica para Personas Mayores. Se imparten clases de gimnasia suave a ritmo de la música adecuada para el ejercicio de personas mayores. Para más información e inscripción diríjase al Centro Ciudadano San Jerónimo en C/ Dona nº 20 Taco de 08:30 a 21:30 horas, o llamando al teléfono 922 62 64 08 (Plazas limitadas)	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 19:30 horas. (A partir del 16 de septiembre hasta el mes de diciembre de 2024).	Cocina Saludable para Personas Mayores. Se llevarán a cabo diferentes recetas de menús para las preparaciones de gastronomía saludables. Para más información e inscripción diríjase al Centro Ciudadano San Jerónimo en C/ Dona nº 20 Taco de 08:30 a 21:30 horas, o llamando al teléfono 922 62 64 08 (Plazas limitadas)	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 20:00 horas (a lo largo de todo el año)	Confección y Tuning de Vestuario Confección y tuneado de prendas de vestir. Para más información contacte directamente con la tallerista al teléfono 696 530 275 (Pilar)	Asociación Manos Maestras	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 20:00 a 21:00 horas. (Durante todo el año).	Tai-chi Para personas mayores de edad. Para más información e inscripción contacte directamente con el monitor al teléfono 620 47 47 80 (Mario)	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 09:30 a 10:30 (Durante todo el año).	Entrenamiento Funcional Cada clase tiene una duración de 60 minutos y está estructurada de la siguiente manera: - Calentamiento y cardio. - Tonificación con fusión de GAP y Pilates. - Estiramientos y flexibilidad. Clase deportiva que se imparte durante una hora, dos días en semana, en la que se trabaja tanto cardio, como tonificación y flexibilidad. Está dirigida a personas mayores de edad. Para más información e inscripción contacte directamente con la monitora deportiva al teléfono 661 24 64 00 (Macarena)	Asociación Angora	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 16:00 a 20:00 horas (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
Días sueltos previa solicitud (Durante 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 Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.
Jueves de 17:00 a 18:00 horas hasta a julio de 2024	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 envíe un WhatsApp al número 639227218	Sandra Morales Correa (Orientadora Laboral y Docente FPE, Experta en Metafísica)	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 20:00 horas y Jueves de 19:00 a 21:00 horas. (Durante todo el año).	Pilates Para más información e inscripción acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo el día y hora en el que se imparte la actividad o llame al teléfono 670 78 85 45 (Sanina)	Asociación Sabice.	Consejo de Centro
Martes, jueves de 18:00 a 21:00 y viernes de 17:00 a 20:00 horas. (Durante todo el año)	Taekwondo Infantil Entrenamientos y participación en competiciones. Para más información e inscripción acudir en horario de la actividad o llamar al teléfono 662 57 29 38 (Rayco)	Asociación Cultural y Deportiva INNAE	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 20:00. Las clases comienzan el 11 de septiembre de 2024. (Curso escolar 2024-2025)	Tutorizaciones de la ESO Para más información e inscripción acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo en horario de la actividad. C/ Dona, 20 San Jerónimo, Taco.	Radio ECCA	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna
Miércoles 11 de septiembre de 10:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 20:00 horas y miércoles 25 de septiembre de 10:00 a 13:00 horas	Servicio de Psicología y Atención sobre la Salud Mental. Se llevarán a cabo sesiones de atención psicológica individualizadas	Concejalía de Educación del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 11:00 a 12:00 horas.	Bailoterapia con Sandra Ledda para Personas Mayores. Se imparte un Taller de Bailoterapia dirigido a los socios y socias de la Asociación de Mayores San Jerónimo de Taco, en el que se entrenará el movimiento, la psicomotricidad y el baile; así como, una terapia a través de diversos ejercicios, con el fin de motivar a las personas y trabajar la mejora de su autoestima. Para más información acudir al centro.	Asociación de Mayores San Jerónimo de Taco	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 10:00 a 12:00 horas.	Cestería Clases de confección de cestas artesanas. Más información acudiendo el día y horario de la actividad	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 17:00 a 19:00 horas.	Taller de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas Taller donde se impartirá los siguientes temas: Introducción a la moda, diseño, patronaje y costura y acabados. Se realizará un taller de iniciación a la moda y reciclaje de prendas. Más información e inscripción llamando al tlf. 667281084 (Feliciano).	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes y jueves de 8:40 a 10:45 horas.	Pilates Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, o llamando al tlf. 677111572 (Gigly)	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes de 20:15 a 21:45 horas.	Bailes Folclóricos Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, o llamando al tlf. 605157663 (Yurena)	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 16:00 a 17:00 horas.	Clases de Lengua de Signos Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:30 horas.	Clases de Bailes Latinos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, o llamando al tlf. 667248619 (Carlos)	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.	Tai-chi y Chi-kung Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, o llamando al tlf. 681041546 (Matías)	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 9:30 a 11:30 horas	Taller de Acordonamiento Físico Suave Los meses de julio y septiembre. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 642324383 (Iraida)	Asociación solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 21:00 (grupo para adultos). Jueves de 17:00 a 19:00 horas (grupo para niños).	Taller de Dibujo y Pintura Se realizará un taller 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
Lunes y miércoles de 20:30 a 21:30 horas.	Zumba con Aránzazu Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 a 19:00 horas	Iniciación de instrumentos: guitarra, laúd y bandurria Para más información llamar al tlf. 609 611 259	Asociación cultural Guatatiboa	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a viernes en horario del Centro	<p>Clases de la Academia del Patronato Ntra. Sra. de Lourdes</p> <p>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.</p> <p>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</p>	Patronato de Música Ntra. Sra. de Lourdes	Consejo de Centro
A partir del 9 de septiembre.	<p>Formación Básica Inicial</p> <p>Clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. 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/</p>	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
A partir del 9 de septiembre.	<p>Clases de Graduado en ESO</p> <p>Clases de secundaria dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. 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/</p>	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
A partir del 6 de septiembre los viernes de 17:00 a 19:00 horas.	<p>Taller de Dibujo y Pintura.</p> <p>Actividad 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).</p>	Asociación ARTECREADORES	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<p>Dance Fit</p> <p>Información e inscripciones llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 610 97 79 52.</p>	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
A partir del 6 de septiembre	<p>Taller de Escritura Creativa</p> <p>1º Grupo: hasta 12 años: viernes de 18:00 a 19:00 horas 2º Grupo: a partir de 13 años: viernes de 19:00 a 20:00 horas</p> <p>Se realizará un Taller impartido por el escritor Daniel A.D. Pérez. Más información e inscripciones llamando al tlf. 629 927 634</p>	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Martes y jueves: 1º Grupo: de 17:30 a 18:30 horas. 2º Grupo: de 18:30 a 19:30 horas. 3º Grupo: de 19:30 a 20:30 horas.	<p>Baile Moderno</p> <p>1º Grupo de 4 a 7 años 2º Grupo de 8 a 12 años 3º Grupo adultos más de 12 años</p> <p>Se realizará un taller de Baile Moderno. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 616 94 57 52.</p>	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<p>Dancefit</p> <p>Información e inscripciones llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 610 977 952</p>	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes de 17:30 a 19:00 horas	Baile Folclórico Información e inscripciones sobre el taller en el teléfono 605 157 963	Asociación Cultural Guatatiboa	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 17:00 a 19:00 horas	Taller de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas Taller donde se impartirá los siguientes temas: Introducción a la moda, diseño, patronaje y costura y acabados. Se realizará un taller de iniciación a la moda y reciclaje de prendas para todos los niveles. Información e inscripciones llamando al tlf. 667 28 10 84 (Feliciano).	Asociación Mayores El Apio	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas	Servicio Municipal de Información, Orientación y Atención a las drogodependencias y otras adicciones.	Concejalía de Educación	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 16:00 a 18:00 horas, miércoles de 18:00 a 20:00 horas y jueves de 17:00 a 19:00 horas	Formación Básica Inicial Se darán clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922150312 ó en el enlace: https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas (Iniciación) y de 18:00 a 19:00 horas (Avanzado).	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 de 19:00 a 20:00 horas.	Estiramientos Para más información llamar al tlf. 679 169 346	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas.	Yoga en Inglés Se impartirán clases en Inglés y otros idiomas. Para más información llamar al tlf 680 731 788 .	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 20:30 horas.	Entrenamiento y salud Se impartirán clases de entrenamientos individualizados para mejorar la condición física. Para más información llamar al tlf. 666 348 840	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 una vez al mes. Para más información llamar al tlf. 649 821 401	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:30 a 19:30 y de 20:00 a 21:00 horas y viernes de 10:00 a 11:00 horas.	Hatha Yoga Para más información llamar al tlf. 650 480 321	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:30 Viernes de 9:30 a 11:30 horas.	Biodanza Para más información llamar al tlf. 676 312 688	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 10:00 horas.	Entrenamiento Funcional Para más información llamar al tlf. 666 336 172	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas (adultos) y miércoles de 18:00 a 20:00 horas (niños).	Folclore Instrumental Destinado a niños y adultos. Más información acudiendo el día y horario de la actividad.	Asoc. de Vecinos Aguacada	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 a 19:00	Baile Latino Se impartirán clases de Bailes Latinos. Para más información llamar al tlf. 676781719	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Viernes de 12:00 a 13:30 horas	Taller de Cuenco Tibetanos Actividad que se reanalizará una vez al mes. Para más información llamar al tlf. 677468131	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes, Martes y Jueves de 16:30 a 17:30 horas...	Kickboxing Todas las edades. Según la edad se adaptará la clase a cada grupo. Para más información llamar al tlf. 686632097	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes 15,30 a 1645 y Jueves de 17:00 a 18:15	Estiramientos. relajación y terapia integral Para más información llamar al tlf. 639423931	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Todos los Martes de 18:00h a 19:00h y Todos los Jueves de 18:45h a 19:45h	Gimnasia Taller para mantener una óptima condición física. Para más información llamar al tlf. 615556116 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Todos los Martes de 19:00h a 20:00h y Todos los Jueves de 19:45h a 20:45h	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
Todos los Martes de 18:00h a 20:00h.	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
Miércoles de 17:00 a 19:00 horas	Baile tradicional Más información llamando al 697847286.	Asociación Coros y Danzas Acoidán	
Miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Vestimenta tradicional Clases de Vestimenta Tradicional, más información llamando al 697847286.	Asociación Coros y Danzas Acoidán	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Mañanas: Lunes y Miércoles de 12:00 a 13:00 horas. Tardes : Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	Yoga Clase física de estiramientos y relajación. Inscripción previa: Sheyla 691202170	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 20:00 horas.	Meditación Ejercicios de calma mental y bienestar. Inscripción previa: Sheyla 691202170	AVV El Moral	Consejo de Centro
Mañanas: Lunes, Miércoles y Jueves de 09:00 a 10:00 horas Tardes: Lunes y Miércoles de 17:00 a 18:00 y de 20:00 a 21:00 horas. Viernes de 18:00 a 19:00 horas.	Pilates Disciplina deportiva basada en estiramiento y acondicionamiento físico. Inscripción previa: Laura 636156137	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 16:00 a 18:00 y de 18:00 a 20:00 horas.	Cerámica Creativa Se impartirán talleres de cerámica creativa. Inscripción previa: Juan 639 075 515	Asociación Belenista y Cultural El Castrejón	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 10:00 a 11:00 h. Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:00 h	Zumba Disciplina fitness mediante movimientos de baile combinados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:00 horas.	Bailes Latinos Se imparten clases de salsa, bachata, merengue. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 10:00 a 11:00 horas.	Clases de Mantenimiento Ejercicios físicos de bajo impacto y moderados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas.	Bailes Modernos Infantil Clases de baile para niños/as de entre 7 a 13 años Inscripción previa: Casandra 655408797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Viernes de 17:30 a 19:00 horas.	Dibujo y Pintura Infantil/Juvenil Se imparten clases de dibujo y pintura utilizando varias técnicas, actividad dirigida a menores. Inscripción previa: Raúl 640662587	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas.	Dibujo y Puntura Adultos Aprendizaje de técnicas. Inscripción previa: Raúl 640 662 587	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00 horas.	Vestimenta Tradicional Clases de confección. Inscripción previa: Carmen 666 270 472	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Mañanas: Lunes de 10:00 a 13:00 Tardes: Martes y Miércoles de 17:00 a 20:00 horas.	Crochet Iniciación, guía de proyectos y charlas entorno al ganchillo. Inscripción previa: Klothly 616 110 375	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas.	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: Gely 637 338 993	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 19:30 horas.	Clases de Cuerdas Guitarra, Bandurria, Timple, Laúd, Bajo, Cuatro Venezolano, Ukelle; Tabladura medida, aplicados al folclore y canción popular de Canarias. Inscripción previa: Noly 676 398 407 o Sandra 677 037 310	Asociación Cultura y Musical San Borondón	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:00 horas.	Clases de Guitarra y Bajo Se imparten clases de guitarra y bajo, se trabajarán diferentes estilos musicales y solfeo. Inscripción previa: Frank 669 885 277	Parranda IXEMAD	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas.	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: Amalia 628 283 445	Actrices con A	Consejo de Centro
Miércoles y Viernes de 10:00 a 11:00 horas.	Bailes Canarios 3º Edad Se impartirán talleres de bailes canarios destinados a la 3º Edad. Inscripción previa: Francisco 634 584 065	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas.	Chácaras y Tambores Clases de aprendizaje en el manejo de las chácaras y tambores. Inscripción previa: Leandro 620 017 617	Asociación Musical El Moral	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:00 horas.	Bailes Tradicionales de Tambor Clases de bailes típicos con tambores, dentro de la categoría de Chácaras y tambores. Inscripción previa: Leandro 620 017 617	Asociación Musical El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 horas.	Sevillanas Clases para aprender su coreografía, compás, estructura, pasos y posiciones del cuerpo. Inscripción previa: Ana 677 084 639	AVV El Moral	Consejo de Centro
Mañanas: Miércoles y Viernes de 11:00 a 12:30 horas Tardes: Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:00 horas Martes y Jueves de 17:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 19:00 Horas.	Entrenamiento Funcional Musculación, estiramientos, GAP y cardio. Inscripción previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y Jueves de 8:30 a 15:30 horas	Formación, Asesoramiento y Búsqueda de Empleo Atenciones para formaciones, asesoramiento y búsqueda de empleo. Cita previa: Ulays: 671 489 792	Fundación Don Bosco Salesianos Social	Consejo de Centro
Lunes y Jueves de 10:00 a 11:30 horas	Proyecto Actívate (Actividades Cognitivas de Memoria, Manuales y Artísticas) Talleres de ocio para reforzar la memoria e incentivar la capacidad intelectual a través de actividades lúdicas, manuales y de lecto-escritura. Personas jubiladas, prejubiladas y/o de la tercera edad. Inscripción Previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Del 02 al 06 de Septiembre de 10:00 a 12:00 horas.	Calados Palmeros Calado Bordado Tradicional Palmero. Incripción Previa: Fátima	ACM Angora	Consejo de Centro
Jueves 12 de Septiembre de 18:00 a 20:00 horas	Día Internacional del Crochet Exposición y Puertas abiertas	ACM Angora	
Lunes 23 de septiembre de 10:00 a 12:00 horas	DÍA INTERNACIONAL DE LA PAZ Mujeres en la guerra a lo largo de la historia.	Bienestar Social	

CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Zumba Disfruta de esta disciplina fitness que combina rutinas aeróbicas con movimientos de baile, para fortalecer nuestro cuerpo y favorecer una mayor flexibilidad. 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
Lunes de 19:30 a 20:30 horas, martes de 20:00 a 21:00 horas y viernes de 18:00 a 20:00 horas	Shinobijutsu (Ninjutsu) jóvenes y Adultos Clases de Ninjutsu para jóvenes a partir de 12 años y adultos. El Ninjutsu es el arte marcial japonés de los ninjas. Esta palabra está compuesta por dos kanji, el nin que significa resistencia, paciencia, perseverancia y el jutsu que hace referencia a un conjunto de técnicas y habilidades, es decir, que el ninjutsu es el arte de la perseverancia. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967 o WhatsApp al 642067634	Asociación Cultural de Artes Marciales Bernard San	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas	Pilates Suelo Disciplina que se basa en un método de entrenamiento que trabaja el cuerpo de forma equilibrada, corrige posturas inadecuadas y mejora el estado físico. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 636.156.137	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas (comienza en octubre)	Clases de Sevillanas y Flamenco Aprende con Laura Guillén a bailar sevillanas o cualquier palo de flamenco, de forma distendida y realizando ejercicios físicos, mentales y de coordinación. Para más información e inscripciones contactar vía WhatsApp al 651.105.518	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E y Asociación Cultural Feria de Abril Tenerife	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 17:00 a 18:30 y jueves de 18:00 a 19:30 horas	<p>Taichí</p> <p>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</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:00 horas	<p>Yoga - Técnicas de Relajación</p> <p>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</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	<p>Costura y arreglos</p> <p>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</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 16:30 a 18:00 horas.	<p>Teatro Aficionado</p> <p>Si quieres dar clases de teatro amateur 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</p>	Grupo de Teatro "Son las que están y están las que son"	Consejo de Centro
Jueves de 19:30 a 21:30 horas	<p>Danza del Vientre</p> <p>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</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes de 16:00 a 18:00 horas.	<p>Taller Teatro-Terapia</p> <p>Con este taller de teatro terapéutico dirigido a todos los públicos, se contribuye a combatir la pérdida del miedo escénico. Las personas enriquecen su vocabulario.</p> <p>Desarrollan y mejoran la capacidad lectora importante para ampliar la capacidad para memorizar.</p> <p>Adquieren capacidad para la resolución de problemas. Amplían la creatividad y las habilidades sociales y adquieren o fortalecen la comprensión de los valores humanos, o sea, desarrollo integral de los sentidos de la voz y la dicción</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes de 10:00 a 11:30 horas (comienza en octubre)	<p>Clases de Castañuelas</p> <p>La profesora Estefanía Luque dirige este curso de iniciación al toque de castañuelas, en el que aprenderás a tocar las castañuelas o palillos desde cero. Este instrumento acompaña a la danza española, pero también es acompañamiento instrumental con cualquier orquesta o cualquier música. Para más información e inscripciones contactar vía WhatsApp al 653.787.609</p>	Asociación Cultural Feria de Abril Tenerife	Consejo de Centro
Martes 24 de 17:00 a 18;30 horas	<p>6º Taller de cocina rápida y fácil.</p> <p>Edición especial de gastronomía venezolana, primera receta arepas, segunda receta; rellenos salados y tercera receta; arepitas dulces.</p> <p>Descripción: La Asociación de Mujeres de Finca AMFE España organiza la sexta edición del taller de cocina "rápida y fácil", en esta ocasión haciendo un homenaje a la gastronomía venezolana. Plazas limitadas, inscripciones llamando al 922.670.967</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves 26 de 19:30 a 21:00 horas	<p>Taller Gratuito de Iniciación a la Danza del Vientre</p> <p>Presentación del taller, mis primeros movimientos de danza del vientre, coreografía básica y compartir impresiones.</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



	Descripción: Taller de iniciación a la danza del Vientre gratuito, necesario reservar plaza llamando al 922.670.967		
--	---	--	--

CENTRO CIUDADANO GUAJARA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	Baile Creativo Se llevarán a cabo técnicas de baile e improvisación , mostrando los aspectos más creativos.	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Lunes de 19:30 a 20:30, miércoles de 20:00 a 21:00 y jueves de 17:30 a 18:30 horas	Clases de Piloterapia Actividad física de Pilates. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Pilaterapia	Consejo de Centro
Lunes de 18:30 a 20:30 horas	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
Martes de 17:30 a 18:30 horas	Entrenamiento para el baile social Algunos bailes como el tango argentino son de difícil aprendizaje y ejecución, a veces nos frustramos porque el cuerpo no está suficientemente despierto, abierto, disociado o tonificado. El equilibrio y los apoyos también son importantes. A la hora de bailar cualquier ritmo, tener el cuerpo entrenado nos ayuda a despreocuparnos de la técnica y disfrutar. Inscripción previa por correo: lacasacreciente@gmail.com	Asoc. Casa Creciente	Cosejo 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
Martes de 19:30 a 20:30 horas	Iniciación al Tango Iniciación al Tango Argentino desde un buen aprendizaje de la técnica base y de los dos roles de la pareja. Para todas las personas que quieran iniciarse en este hermoso baile y para aquellas que quieran mejorar su técnica o aprender otro rol en la pareja. Inscripción previa en el correo: lacasacreciente@gmail.com	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 18:15 horas.	Juegos y desafío escénico Taller de teatro desde el juego con los diversos desafíos que nos encontramos en la vida, volviendo divertido lo difícil, desarrollando la capacidad de desenvolvemos en cualquier situación, y apropiándonos de los personajes que queramos ser.lacasacreciente@gmail.com	Asoc. Creciente	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 19:30 horas.	Bailes Sociales Aprenderemos a mover el cuerpo de forma armónica y segura, a seguir los diferentes ritmos y proponer o escuchar a la pareja manteniendo el propio centro y el eje. Disfrutaremos de este diálogo improvisado desde el respeto hacia la diversidad de cuerpos y formas de moverse.	Asoc. Creciente	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 16:30 a 18:30 horas Quincenal	Talleres de Escritura Creativa Se llevarán a cabo talleres para crear desde microcuentos hasta la novela. Inscripción previa llamando a 671222814 (Gregory)	AVV Jardines de Guajara	Consejo de Centro
Sábado 14 de septiembre de a l 0:0013:00 y de 15:00 a 20:00 horas	Encuentro de Retroinformática -Talleres, coloquios, exposición y torneos. Se llevará a cabo un encuentro con tecnología antigua , en la que se podrá disfrutar de los diferentes dispositivos y ser partícipe de la evolución hasta nuestros días.		Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO BARRIO NUEVO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Martes, miércoles y viernes de 18.00 a 20:00. Sábados de 16:00 a 18:00. Domingo de 10:00 a 12:00	Ajedrez Clases de ajedrez federado	AA.VV Barrio Nuevo Viña Nava	Consejo de centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00 horas	Manualidades Actividades de manualidades	Asociación Nuestra Señora de Fátima	Consejo de centro

CENTRO CIUDADANO EL CENTENERO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 18:00 a 21:00 h. y sábados de 18:00 a 21:00 horas	Tiro con arco 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	Comisión Promotora
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas y viernes de 17:00 a 18:00 horas	Bailoterapia Actividad de baile con finalidad terapéutica, a través de la danza se consigue bienestar emocional y anímico.	A.VV. El Centenero	Comisión Promotora
Jueves 19 de septiembre a las 20:00 horas	Charla sobre Folclore y Tradiciones Charla impartida por dos componentes de la Agrupación sobre el Folclore, las tradiciones y los Corazones de Tejina.	A.F Verode	
Viernes 20 de septiembre a las 20:00 horas.	Concierto A.F Verode Concierto en Honor a San Isidro	A.F Verode	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Sábado 21 de septiembre de 10:00 a 13:00 horas	Taller de Baile Canario Adulto e infantil participativo y abierto	A.F. Verode	
--	---	-------------	--

CENTRO CIUDADANO EL COROMOTO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 19:00 a 20:00 horas	Zumba Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	A.VV. El Coromoto	
Lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	Yoga Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	A.VV. El Coromoto	
De lunes a viernes de 16:00 a 20:00 horas	Juegos de mesa Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. El Coromoto	
Lunes, miércoles y viernes, de 17:00 a 18:15 horas	Taekwondo Se imparten clases de Taekwondo destinadas a niños/as y jóvenes. Inscripción previa 686062818.	A.VV. El Coromoto	
Lunes de 20:30 a 21:00 horas	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 horas	Baile Canario Se imparten clases de Baile Canario para todas aquellas personas que deseen participar. Inscripción previa 634584065.	A.VV. El Coromoto	
Jueves de 19:00 a 20:00 horas	Mantenimiento Funcional Se llevarán a cabo tablas de ejercicios para el mantenimiento y tonificación del cuerpo. Inscripción previa 655273799.	A.VV. El Coromoto	
Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas	Pilates Suelo Se llevarán a cabo ejercicios de estiramientos y técnicas de Pilates . Inscripción previa 636156137.	A.VV El Coromoto	
Lunes de 17:00 a 19:00 horas.	Gastro Sana Adulto Se imparten talleres de alimentación sana, sin utilizar cocinilla. Talleres amenos y creativos para adultos. Inscripción previa 616211362.	A.VV El Coromoto	
Viernes de 17:00 a 19:00 horas	Gastro Sana Infantil Se imparten talleres de alimentación sana, sin utilizar cocinilla. Talleres amenos y creativos para niños/as y jóvenes. Inscripción previa 616211362.	A.VV El Coromoto	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO LA VERDELLADA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Tercer miércoles de cada mes de 17:00 a 20:00 horas	Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano La ciudadanía del municipio tendrá acceso a un Servicio de Atención Psicológica y un Servicio de Información, Orientación, y Atención a las adicciones de manera gratuita. en los distintos barrios y pueblos de La Laguna. Se brinda apoyo emocional y asesoramiento especializado a quienes lo necesiten. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Drogodependencias	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 de 17:00 a 18:00 horas	Clases de Canto Se imparten clases para todas aquellas personas que deseen participar.	Asoc. Juvenil AJUVE	Consejo de Centro
Martes de 20:30 a 22:00 horas y jueves de 20:00 a 22:00 horas	Entrenamiento Funcional imparten clases de entrenamiento funcional	A.VV. Los Verdeños	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL I

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a viernes de 16:00 a 21:00 horas	Juegos de mesa Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. La Milagrosa	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL II

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes, miércoles y viernes de 18:00 a 21:00 horas	Karate y Gimnasia de Mantenimiento Arte marcial que consiste en ir subiendo de categoría , cambiando color y nivel de cinturón mediante examen de evaluación. Ejercicios para mantener la tonificación y musculatura.	Grupo de Karate	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 17:00 a 21:00. Retoman a partir del 15 de septiembre	Ensayo Ensayos de la Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere.	Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere	

CENTRO CIUDADANO LOS BALDÍOS

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17:30 a 19:30 horas	Zumba Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	Bailoterapia Actividad de baile con finalidad terapéutica, a través de la danza se consigue bienestar emocional y anímico.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 19:15 a 20:15 horas	Yoga Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Lunes de 16:15 a 18:15 horas	Clases Iniciación Informática Clases de iniciación a informática, en las que se aprenderá lo básico del paquete Office, manejar correo electrónico o acceder a administraciones para hacer gestiones administrativas.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	Clases Indumentaria Canaria Taller para diseñar y elaborar tejido de indumentaria canaria.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LA PITERITA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a jueves de 15:30 a 19:00 h	Clases de acordeón	AA.VV Bentejuí	Consejo de centro

CENTRO CIUDADANO VILLA HILARIA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:30 a 20:30 horas	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

CENTRO CIUDADANO PRINCESA IBALLA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Primer miércoles de cada mes de 10:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 20:00 horas.	Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano La ciudadanía del municipio tendrá acceso a un Servicio de Atención Psicológica y un Servicio de Información, Orientación, y Atención a las adicciones de manera gratuita. en los distintos barrios y pueblos de La Laguna. Se brinda apoyo emocional y asesoramiento especializado a quienes lo necesiten. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Drogodependencias	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 y miércoles de 16:00 a 18:00	Clases de Patchwork Se dan clases de Patchwork, costura creativa que trata de unir telas y hacer creaciones inéditas.	Asoc Canaria de Patchwork	Club 3ª Edad La Fortaleza

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 17:45 a 19:15 horas	Pintura A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad La Fortaleza
Miércoles de 16:00 a 17:30 horas	Actividad Física A través de Bienestar Social se les ofrece a los mayores la actividad de Actividad Física, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 horas	Clases de Música lírica Se dará solfeo y enseñanza sobre la música lírica. Para todas las edades.	Asoc. Mayores la Fortaleza	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN ROQUE

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:30 horas	Taller de Manualidades Se trabajarán diversas técnicas con materiales de todo tipo, se elaborarán proyectos mensuales con temáticas para días señalados. Inscripción previa 654419411 /Eli)	AVV San Roque	

CENTRO CIUDADANO LAS MANTECAS

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Jueves de 17:00 a 21:00 horas	Maquetismo y modelismo Elaboración de maquetas y trabajos artesanales.	Asociación de Maquetistas de Tenerife	
Lunes y miércoles de 19:30 a 21:00 y de 21:00 a 23:00 horas	Ensayos de cuerpo de baile y agrupación Se realizan ensayos habitualmente de la agrupación, el cuerpo de baile e instrumentación y canto.	Agrupación Folclórica Los Majuelos	
Martes y jueves de 20:30 a 22:00 horas	Ensayos LA rondalla realiza ensayos dos veces por semana en el centro.	Rondalla Lírica las Valkirias	
Miércoles de 20:00 a 21:00 horas	Talleres de Canto Se imparten clases de canto por parte de la A.F Los Majuelos.	A.F Los Majuelos	

CENTRO CIUDADANO LA CANDELARIA

HORARIO	ACTIVIDAD	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

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



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 de 19:00 a 20:00, martes y jueves de 18:00 a 20:00 horas	Baile Moderno Actividad de expresión corporal artística que nace de la interpretación y visión del bailarín o coreógrafo. Está enfocada a los más pequeños/as. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil "Lo damos por el barrio"	Comisión Promotora
Viernes de 17:00 a 19:00 horas	Baile para Mayores Actividad que mejora la coordinación y el equilibrio de las personas mayores. Gracias a sus beneficios, se previenen caídas, ayuda a mantener el peso y a paliar dolores articulares. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil "Lo damos por el barrio"	Comisión Promotora
Martes de 17:00 a 19:00 horas	Costura Actividad dirigida a personas interesadas en aprender a coser. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. de la 3ª Edad La Candelaria	Comisión Promotora San Román
Viernes de 19:30 - 21:00 horas	Bailes Latinos Clases que consisten en bailar de forma individual, parejas o grupo de forma coordinada, siguiendo el ritmo de la música latina. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil "Lo damos por el barrio"	Comisión Promotora
Lunes y Viernes de 17:00 a 18:00 horas	Entrenamiento funcional Entrenamiento que se caracteriza por adaptarse a los movimientos naturales del cuerpo humano. Pendiente de Inicio. Para inscripciones llamar al Teléfono: 661 24 64 00	Asociación Angora	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:00 a 18:00 horas, y jueves de 17:00 a 19:00 horas	Ensayos Grupo Primavera	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
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
Viernes de 18:30 a 20:00 horas	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 Ejercicios que se inspiran en movimientos y pasos de los bailes latinos. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	Bailes de Swing Se trata de la forma más popular de bailar música Swing en pareja. Un baile en el que conectas con el suelo, la pareja de baile y la música a la vez. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Gimnasia de mantenimiento Múltiples ejercicios de fuerza, resistencia y flexibilidad . Es un método de trabajo de bajo impacto. Ayuda a sobrellevar mejor los trabajos cotidianos. Una excelente oportunidad para hacer ejercicio y mejorar la salud en un ambiente agradable. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes, de 16:00 a 17:00 horas	Cardio Boxing Actividad que mezcla Boxeo y Aerobic. Nace con la finalidad de aportar un valor añadido a la gimnasia aeróbica y mejorar los beneficios de su práctica. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Cardio Boxing	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas	Tertulia Literaria El Club de la 3ª Edad, se reúne quincenalmente para hacer lectura de un libro, e intercambiar aspectos del mismo. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Miércoles de 11:00 a 12:30 horas	Encuentro de mujeres Actividad en la cual se reúnen mujeres para abordar temas relacionados con las vivencias de estas.	Asoc. La Punta – Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Miércoles de 16:30 a 17:30 horas	Taller de español para alemanes/as Se imparten clases de español para personas alemanas que quieran aprender el idioma. Para más información, acudir al centro en el horario indicado	Club 3ª Edad Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Jueves de 10:30 a 12:30 horas	Diafrede (Trabajo corporal) Actividad de trabajo corporal con el objetivo de realinear y reposicionar el cuerpo para permitir movimientos naturales. Reduce el estrés y alivia el dolor. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Viernes 20 de Septiembre de 19:00 a 20:30 horas	Concierto "Folk Argentino" Tendrá lugar un concierto con un repertorio de canciones de folclore	Asoc. sociocultural La Punta Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Viernes 6 de Septiembre de 19:30 a 21:00 horas	Documental "Insumisas". Proyección del documental que documenta el trabajo de defensoras de los Derechos Humanos Saharais para denunciar las violencias sufridas por las mujeres en los territorios ocupados del Sáhara Occidental. Dirigido por Laura Dauden y Miguel Ángel Herrera.	Asoc. sociocultural La Punta Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Viernes 27 de Septiembre de 19:30 a 21:00 horas	Película "Guarapo" Proyección de este film dirigida por los hermanos Ríos, rodada en Tenerife y La Gomera, Su argumento gira en torno al caciquismo, represión franquista y la emigración ilegal de canarias/os hacia otras tierras.	Asoc. sociocultural La Punta Bajamar Avanzando	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN LUIS GONZAGA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:00 a 20:00 horas	Servicio de Información, Orientación y Asesoramiento (SIOA) Servicio municipal de Información, Orientación y Atención a las drogodependencias y otras adicciones a cargo de Proyecto Hombre, para sensibilizar a la ciudadanía sobre la importancia de la prevención de estas.	Concejalía de Drogodependencia	Consejo de centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Miércoles de 16:00 a 18:00 horas	Taller de manualidades Se harán diferentes trabajos. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Octubre 1953 San Luis Gonzaga	Consejo de centro
----------------------------------	--	--	-------------------

CENTRO CIUDADANO LAS CARBONERAS

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

CENTRO CIUDADANO EL BATÁN

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 19:30 a 21:30 horas	Ensayo de la Parranda	Parranda Cuevas de Lino	

CENTRO CIUDADANO GUAMASA

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 20:00 a 22:00 horas	Ensayo de la Danza Danza de Guamasa	Danza Guamasa	
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 y martes de 20:00 a 21:30 horas	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 horas	Ensayo Parranda Entreamigos Ensayo de la parte instrumental	Parranda Entreamigos	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 20:00 horas	Clases de Bordados Actividad donde se aprende el arte de de bordar. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	C.D. Guamasa	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 22:00 horas	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 horas	Baile Los sábados dicha asociación ofrecerá bailes con música en directo a los asistentes.	Asociación de Fiestas Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Domingos de 17:00 a 22:00 horas	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 horas	Baile Urbano Clases de baile urbano para jóvenes, donde se conocerán los diferentes bailes urbanos y sus pasos. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO VALLE JIMÉNEZ

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas	Clases de Gimnasia de Mantenimiento 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 ciudadano en el horario indicado.	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 horas	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 nueva creación	Grupo música	
Sábados a las 17:00 horas	Fútbol chapas Se harán ligas, torneos y talleres sobre esta afición apasionante. Para más información sobre esta actividad, acudir en el horario indicado.	Club Fútbol Chapas La Laguna LFC	

CENTRO CIUDADANO LAS MERCEDES

HORARIO	ACTIVIDAD	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	
Lunes 17:00 a 19:00 horas	Ensayo Parranda Ensayo parranda Las Mercedes	Parranda Las Mercedes	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves 12 de septiembre a las 20:30 horas	Pregón de las Fiestas en Honor a Ntra. Sra. de Las Mercedes	A.VV. Valle Las Mercedes	
Miércoles 18 de septiembre a las 18:00 horas	Charla - Encuentro Foro Económico y Social de La Laguna El Foro Económico y Social de La Laguna está trabajando la redacción del Barómetro de La Laguna 2024. Por ello, están realizando diferentes reuniones con vecinos y agentes sociales de todo el municipio.	Foro Económico y Social	

CENTRO CIUDADANO LOS ANDENES

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 16:00 a 18:00 horas	Clases de Bordados Actividad donde se aprende el arte de de bordar. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. San Martín de Porres	
Martes y jueves 20:00 a 20:30 horas	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
Viernes de 20:00 a 23:00	Envite Diferentes equipos se reúnen para jugar al envite	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. Para más información acudir en el horario indicado al centro ciudadano.	A.VV. San Martín de Porres	
A partir de octubre los jueves de 17:00 a 19:30h	Academia de Música Achamán Clases con el profesor Ignacio Borrego	A.F. Achamán	

CENTRO CIUDADANO EL PILAR LAS TORRES

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:30 a 18:30	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	A.VV. Larpi	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



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

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 20:30 a 22:00 horas	Ensayo A.F. Cuerpo de baile	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 22:00 horas	Ensayo A.F. (parranda)	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	Pilates Taller. 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 18:00 a 19:00 horas	Gimnasia de mantenimiento 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	
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	Escuela infantil Folklóre 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 Foklore Instrumental Escuela 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
lunes y miércoles de 19:30 a 20:30 horas	Clases 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. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Consejo de Centro	
Viernes de 17:30 a 19:30 horas	Clases de Cuerda para niños y adultos - 17:30 a 18:30 clases infantil - 18:30 a 19:30 clases adultos Clases de cuerda donde podrán aprender a tocar cualquier instrumento de cuerda, tanto para niños como adultos Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	Escuela Baile Iraya (Adultos) Clases de Balle Tradicional para futuros/as componentes. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SAN LÁZARO

HORARIO	ACTIVIDAD	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 21 :00 a 23:00 horas	Ensayo cuerpo de baile Cuerpo de baile de Agrupación Folklórica Arraigo.	A.F Arraigo	
Jueves de 21:00 a 23:00 horas	Ensayo parranda Parranda de la Agrupación Folklórica Arraigo.	A.F Arraigo	

CENTROS C IUDADANOS DE LA LAGUNA – SEPTIEMBRE 2024

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Miércoles y viernes de 20:00 a 22:00 horas	Ensayo Parranda San Lázaro	A.W. San Lázaro	
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	Taller de Creatividad Mediante esta actividad lo que se pretende es conseguir, que las personas sean capaces de pensar, analizar la información, comprender las relaciones causa-efecto y sacar conclusiones, favoreciendo así el proceso creativo. Los medios que se utilizarán para lograr estos objetivos son, entre otros: -Pintar -Obras de arte con material reciclado -Jugar con plastilina. ... -Hacer puzles. ... -Hacer manualidades. ... -Juegos de palabras. Actividad impartida por alumnos/as de la facultad de Bellas Artes de la Universidad de La Laguna	Asociación Mayores El parque se San Lázaro	Alumnos/as de la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de La Laguna