

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



## CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Desde el lunes 23 de junio hasta el jueves 31 de julio, de 07:30 a 16:00 horas.	<b>Campamento Infantil de Verano.</b>	III Campamento Infantil de Verano inspirado en el deporte de Taekwondo, para niños y niñas de entre 3 a 13 años de edad. Se puede asistir por semanas. Hay acogida temprana y servicio de comedor casero al que pueden asistir a queños menores que lo deseen. Se llevarán a cabo actividades deportivas, lúdico-recreativas, charlas formativas, excursiones etc. Para mayor información y/o inscripción llame a los teléfonos 662 57 29 38/ 649 70 00 22	Asociación Cultural y Juvenil INNAE	Consejo de centro
Miércoles 9 de julio de 10:00 a 13:00 y de 17:00 a 20:00 horas y miércoles 16 de julio de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Servicio de Psicología y Atención a la Ciudadanía. Salud para Tod@s.</b>	El Servicio de Psicología y Atención a la Ciudadanía a través de su Proyecto Salud para Tod@s, promovido por la Concejalía de Drogodependencias del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna, ofrece atención psicológica individualizada a la población de La Laguna en general. Es necesario concertar cita llamando al número de teléfono 614 110 560 o enviando un e-mail al correo citaprevialatuna@gmail.com. En el supuesto caso de que no le cojan la llamada, desde el servicio de cita previa se la devolverán para que pueda concertar su cita.	Concejalía de Drogodependencias del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Consejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 18:00 y viernes de 17:00 a 19:00 horas (Durante el mes de julio de 2025)	<b>Ensayo de baile K-Pop para menores con edades comprendidas entre los 4 y 7 años de edad.</b>	Clases de baile K-Pop en la K-House Academy para los más pequeños. Se imparten dos días en semana. Para mayor información y/o inscripción contacte con la Presidenta de la Asociación Juvenil K-House al teléfono 620 35 03 52/603 27 66 53.	Asociación Juvenil K-House	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 21:00 horas. (Durante todo el año).	<b>Taekwondo Infantil.</b>	Entrenamientos y participación en competiciones de Taekwondo Infantil. Para más información e inscripción acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo en horario de la actividad o llame al teléfono 662 57 29 38 (Rayco)	Asociación Cultural y Deportiva INNAE.	Consejo de Centro
Martes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas (Durante todo el año).	<b>Taller de Estimulación Cognitiva para personas Mayores.</b>	Taller de Estimulación Cognitiva 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 socios/as 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.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Martes de 09:00 a 12:00 horas (Durante todo el año)	<b>Taller "Teatro de Buen Trato".</b>	Se imparte un Taller dirigido a mujeres asociadas a la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que a través de la expresión corporal se trabajan aspectos emocionales tales como: la seguridad, el miedo a hablar en público, la autoestima, etc. fomentando, además, la sororidad y socialización entre mujeres mayores.	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 (Durante todo el año).	<b>Confección y Tuning de Vestuario.</b>	Taller de costura en el que se confeccionan y tunean prendas de vestir. Para mayor información e inscripción 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).	<b>Tai-chi.</b>	Se imparten clases de Tai-chi para personas mayores de edad dos días en semana. Para mayor 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

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Lunes y miércoles de 09:30 a 10:30 (Durante todo el año).	<b>Entrenamiento Funcional.</b>	Clase deportiva impartida dos días en semana, con una hora de duración en cada sesión. Se trabaja tanto cardio, como tonificación y flexibilidad. Está dirigida a personas mayores de edad. Para mayor información e inscripción contacte directamente con la monitora deportiva al teléfono 661 24 64 00 (Macarena)	Asociación Angora.	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 20:00 horas (Durante todo el año).	<b>Clases de Guitarra.</b>	Se imparten clases para aprender a tocar la guitarra o el timble. Para mayor información e inscripción contacte 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).	<b>Proyecto de la A a la Z.</b>	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: <a href="mailto:contigo2022.info@gmail.com">contigo2022.info@gmail.com</a> .	Asociación Social ConTigO	Consejo de Centro y Área de Bienestar Social del Exmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.
Jueves de 17:00 a 18:00 horas (Hasta julio de 2025)	<b>Metafísica.</b>	Actividad totalmente gratuita y abierta a todas las personas, mayores de edad, 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 mayor información o inscripción envíe un WhatsApp al número 639 22 72 18 (Sandra)	Asociación Canaria de Metafísica.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 y martes y jueves de 10:15 a 11:15 horas. (Durante todo el año).	<b>Pilates.</b>	Se imparten clases de Pilates dos días en semana. Cada sesión tiene una duración de una hora. Para mayor información e inscripción llame al tfn.: 670 78 85 45 (Sabina)	Asociación Canaria Sabice.	Consejo de Centro.
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas (Durante todo el año).	<b>Clases de Baile Urbano y K-Pop para el Público Infantil Proyecto K-House Dance Academy.</b>	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile Juvenil denominado "K-House Dance Academy" destinado a la formación de Baile Urbano y K-Pop al público infanto-juvenil, con edades comprendidas entre los 6 y los 18 años. K-House Academy tiene como fin fomentar el ocio saludable a través del arte de la danza. Impartirán clases de baile juvenil dos días en semana. Para mayor información e inscripción dirijase directamente por mensaje al Instagram <a href="https://www.instagram.com/oficialkhouse">@oficialkhouse</a> o al tlf. 620 350 352.	Asociación Juvenil K-House.	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:30 a 20:30 horas (Durante todo el año).	<b>Clases de Baile Urbano y K-Pop para Personas Adultas. Proyecto K-House Dance Academy.</b>	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile denominado "K-House Dance Academy", esta vez enfocado al público adulto, atendiendo a la demanda de las madres del alumnado infantil. Imparte clases de Baile Urbano y K-Pop a personas adultas, mayores de 18 años. Para mayor información e inscripción dirijase directamente por mensaje al Instagram <a href="https://www.instagram.com/oficialkhouse">@oficialkhouse</a> o al tlf. 620 350 352.	Asociación Juvenil K-House.	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



## CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 7 al 31 de julio de 09:30 a 13:30 horas.	<b>Campus de Verano San Matías 2025.</b>	Se realizará un Campus de Verano para los niños y niñas de edades comprendidas entre los 5 y 12 años. Organizado por la Comunidad Bahá'í en colaboración con otros colectivos y vecinos del barrio de San Matías. Para inscripción acude al C.C. San Matías.	Comunidad Bahá'í.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:45 horas.	<b>La Escuelita.</b>	Actividades de aprendizaje y estimulación cognitiva para mayores. Más información en el tf. 922 62 42 76 o en el correo: bibliotecasmatias@gmail.com	Servicio de Biblioteca.	Consejo de Centro.
De lunes a jueves de 15:00 a 19:00 horas.	<b>Servicio de Día (Cibercaixa)</b>	Este programa gratuito del Excmo. Ayuntamiento pretende apoyar a las familias en la educación, alimentación y la atención de los menores. Se trata de un servicio de conciliación familiar, en el que se trabajarán tanto el apoyo escolar como la parte de ocio y tiempo libre de los menores. Para más información, al tf: 677 46 85 24.	Área de Bienestar Social y Calidad de Vida.	Consejo de Centro.
Martes de 9:30 a 11:30 y jueves de 18:30 a 20:30 horas.	<b>Taller de Confección Vestimenta Tradicional.</b>	Taller de creación y perfeccionamiento de vestimentas típicas canarias. Inscripción en el tf. 666 270 472.	Asociación de Mujeres Libergara.	Consejo de Centro.
Martes de 10:00 a 12:00 horas.	<b>Taller de Cestería.</b>	Taller sobre cestería canaria dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tf. 659 155 336.	Asociación de Mujeres Libergara.	Consejo de Centro.
Lunes de 18:30 a 20:30 horas.	<b>Taller de Dibujo y Pintura.</b>	Taller de dibujo y pintura. Inscripción en el tf. 697 348 989.	Asociación de Mujeres Libergara.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas.	<b>Pilates (Tarde)</b>	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 19:30 a 20:30 horas.	<b>Pilates (Media-Tarde)</b>	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.	<b>Pilates (Noche)</b>	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el tf. 659 531 793.	Asociación de Vecinos La Montaña.	Consejo de Centro.
Miércoles de 19:30 a 20:30 horas.	<b>Bachata estilo Chicas.</b>	Taller de Bachata estilo chica. Inscripción en el tf. 636 278 477.	Asociación de Vecinos La Montaña.	Consejo de Centro.
Lunes y jueves de 18:30 a 20:00 horas.	<b>Bujinkan Ninjutsu.</b>	Taller de arte marcial Bujinkan Ninjutsu. Inscripción o más información en el tf. 647 428 634.	Asociación de Vecinos La Montaña.	Consejo de Centro.
Jueves de 18:30 a 19:30 horas.	<b>Cardio Dance.</b>	Actividad deportiva que combina el baile con el cardio. Inscripción e información en el teléfono 622 285 443.	Asociación de Vecinos La Montaña.	Consejo de Centro.
Miércoles de 18:00 a 20:00 horas.	<b>Taller de Fofuchas y Manualidades.</b>	Taller de creación de Fofuchas dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tf. 611 256 862.	Asociación de Vecinos La Montaña.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas	<b>Entrenamiento Dual.</b>	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 tf 622 821 568.	Asoc. Cultural y Musical Angora.	Consejo de Centro.
Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas.	<b>Entrenamiento Funcional.</b>	Ejercicios de fuerza, cardio y estiramientos con material deportivo variado. Inscripción e información en el tf 622 821 568.	Asoc. Cultural y Musical Angora.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas.	<b>Wing Chun.</b>	Taller de Wing Chun, arte marcial de origen chino. Actividad deportiva. Inscripción en el tf. 609 711 848.	Asociación Deportiva G & R Wing Chun.	Consejo de Centro.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Lunes de 17:00 a 19:00 horas.	<b>Taller de Canto e Interpretación.</b>	Taller de canto impartidas por la cantante Virginia Guantanamera. Inscripción en el mismo centro los lunes de 17:00 a 19:00 horas.	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Consejo de Centro.
-------------------------------	--	--	--	--------------------

### CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 14 al 21 de julio en horario del centro	<b>Exposición de indumentaria tradicional</b>	Exposición con vestimenta tradicional con representación de prendas y modos tradicionales de la indumentaria de finales del siglo XIX a mediados del XX a cargo de la prestigiosa firma de UBALDO VESTIMENTA TRADICIONAL.	Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de centro
14 de julio de 18:30 a 20:00.	<b>Muestra y talleres de indumentaria tradicional</b>	Taller de buenas prácticas de indumentaria tradicional: recurso didáctico para aprender los usos, costumbres y modos en torno a la indumentaria tradicional a cargo de especialistas en la materia.	Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de centro
De lunes a viernes del 30 de junio al 31 de julio en horario de 9:00 a 14:30 hs	<b>Campamento de Verano</b>	Campamento para niñas y niños de 4 a 15 años donde se realizarán actividades al aire libre, deportes y bailes, manualidades, taller de cocina y ciencias locas. Para más información/inscripción llamar a los tlf. 603 27 66 53/ 620 35 03 52	Asociación juvenil de baile K-House	Consejo de centro
Todos los martes de 18:30 a 19:30 hs	<b>Yoga</b>	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.	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 09:15 a 10:30 hs	<b>Yoga Adaptada</b>	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 beneficios como relajación o 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.	Asociación de Profesores de Yoga de Canarias "Samanvaya"	Consejo de Centro
Todos los lunes 19:00 a 20:30 hs	<b>Escuela de Baile Folklórico</b>	Taller de baile folklórico con nivel de iniciación y perfeccionamiento. Para más información e inscripciones contactar a través de Whatsapp al 655331514- Andrés Mendoza.	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los miércoles 18:00 a 19:30 hs	<b>Escuela de instrumentos de cuerda</b>	Taller para aprender a tocar la guitarra, badurria, timple o el laúd. Para más información e inscripción llamar al número de teléfono 610 906 264 (Yaya).	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los miércoles de 20:00 a 22:00 hs	<b>Ensayos de baile y parranda</b>	Ensayo del cuerpo de baile y la parranda de la Agrupación Folklórica Tacoremi . Para más información: 655331514 (Clases de baile) o 608723909 (Clases de cuerda).	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 hs	<b>Tai- Chi</b>	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.	A.VV. Avelca	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Todos los lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 hs	<b>Capoeira adulto</b>	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.	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Todos los martes de 19:30 a 20:30 hs y jueves de 19:00 a 20:00 hs.	<b>Zumba</b>	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 (Yvonn).	A.VV. Avelca	Consejo de Centro
Todos los martes y jueves de 10:30 a 11:30 hs desde junio hasta agosto	<b>Pilates suelo</b>	El pilates de suelo es una disciplina que permite la tonificación y la activación corporal. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 722 255 625.	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los jueves de 17:00 a 18:30 hs	<b>Atención presencial para los/as socios/as</b>	Horario de atención presencial para los/as socios/as de la asociación.	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los lunes, martes, y jueves de 16:00 a 18:00 hs	<b>Funcional Body</b>	Clases de entrenamiento funcional dirigidos por un monitor deportivo. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 670378209.	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los jueves de 18:30 a 20:30 hs	<b>Taller de Teatro Musical "Haz Magia en el Escenario"</b>	Taller gratuito de teatro impartidos por profesionales de la danza, la música y la interpretación. Para más información e inscripciones enviar un correo electrónico a la siguiente dirección: <a href="mailto:teatromusicalcclalaguna@gmail.com">teatromusicalcclalaguna@gmail.com</a> indicando nombre, apellidos y centro ciudadano al que quiere asistir. Actividad destinada a mayores de 10 años sin experiencia previa	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Consejo de Centro
Todos los viernes 17:30 a 19:30	<b>Grupo Ballet Dance</b>	Clases de baile urbano para niños/as a partir de 4 años.	Ballet Dance	Consejo de centro

## CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
30 de junio y 1 de julio de 16:00 a 20:30 horas	<b>Descubre Internet</b>	Intrduce a los participantes a navegar en la web, usar correo electrónico y redes sociales, con el fin de mejorar sus habilidades digitales.	Gobierno de Canarias-Proyecto Canarias en Red	Consejo de Centro
3 y 4 de julio de 16:00 a 20:30 horas	<b>Uso y manejo de smartphone</b>	El curso de uso y manejo de smartphone enseña funciones básicas, aplicaciones de seguridad para sacar máximo provecho del dispositivo.	Gobierno de Canarias-Proyecto Canarias en Red	Consejo de Centro
7 y 8 de julio de 16:00 a 20:30 horas	<b>Banca online y uso de servicios financieros</b>	Este curso proporcionará conocimientos sobre la gestión de cuentas, transferencias electrónicas, además de consejos sobre seguridad y prevención de fraudes en el uso de servicios digitales.	Gobierno de Canarias-Proyecto Canarias en Red	Consejo de Centro
9 y 10 de julio de 16:00 a 20:30 horas	<b>Certificados digitales y firma electrónica</b>	Los certificados digitales son como el DNI en el mundo digital y ayudan a comprobar que una persona es quien dice ser. Con la firma electrónica es la versión digital de firmar un documento con lo que hacen que todo sea mas rápido, permitiendo ahorrar papel y totalmente válidos por ley.	Gobierno de Canarias-Proyecto Canarias en Red	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Yoga</b>	Relajación, estiramientos y conexión con uno mismo a través de diferentes asanas.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas y martes de 18:30 a 19:30 horas	<b>Pilates</b>	Se realizarán ejercicios corporales con el control mental, basado en la respiración y la relajación.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Miércoles de 18:30 a 19:30 horas	<b>Actividad física deportiva grupal (Baile, gimnasia, yoga, pilates, etc.)</b>	Programa Red Araña Activa IV Su objetivo principal es fomentar la inclusión social a través de un acceso no discriminatorio a actividades físico-deportivas, culturales y de ocio y tiempo libre. Está dirigido a personas mayores de 18 años en adelante.	Red Española de Entidades por el Empleo, Red Araña	Concejalía de Bienestar Social, Igualdad, Juventud, Infancia y Familia del Gobierno de Canarias
Jueves de 18:30 a 19:30 horas	<b>Taller de Estimulación Cognitiva</b>	Se desarrollarán un conjunto de actividades dirigidas a mantener o a perfeccionar el funcionamiento cognitivo en general, a través de ejercicios de memoria, percepción, atención, concentración, lenguaje, soluciones de problemas, planificación y razonamiento.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalán	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 20:00 horas	<b>Crochet</b>	Se impartirán clases de crochet, técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta y específica.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalán	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO SALUD ALTO-EL ROCÍO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 18:00 a 21:00 horas	<b>Acondicionamiento Físico (verano)</b>	De julio a septiembre de 2025 Acondicionamiento Físico para todas las edades. Información e inscripciones : 695 067 826	Asoc. Cultural de Mujeres Salud Alto-El Rocío	Consejo de Centro
Martes 1 de julio de 17:00 a 18:30 horas	<b>Taller sobre estrés y ansiedad</b>	Taller sobre estrés y ansiedad. Información e inscripciones : 695 067 826	Asoc. Cultural de Mujeres Salud Alto-El Rocío	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:30 a 17:30 horas	<b>Pilates</b>	Conjunto de ejercicios físicos en los que se entrena la musculatura, la resistencia, flexibilidad y el control de la respiración y la mente. Para información e inscripciones 616178877	Asoc. Cultural de Mujeres Salud Alto – El Rocío	Consejo de Centro
Lunes de 18:30 a 20:30 y martes de 17:30 a 19:30 horas	<b>Vestimenta Tradicional Canaria</b>	Confección de vestimenta típica y campesina Canaria. Para información e inscripciones 666270472	Asoc. Cultural de Mujeres Salud Alto – El Rocío	Consejo de Centro
Martes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Crochet</b>	El ganchillo, crochet o tejido de gancho es una técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta o específica. Para información e inscripciones 666270472	Asoc. Cultural de Mujeres Salud Alto – El Rocío	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 20:00 horas	<b>Clases de Náutica, Astronomía y Legislación</b>	Clases de náutica, astronomía y legislación para grupos reducidos (max. 5). Orientado a estudiantes de enseñanzas superiores. Información: 922 882 796 .	ARGESS	Consejo de Centro
Cuarto miércoles de mes de 17:00 a 20:00 horas	<b>Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano</b>	Servicio de Psicología y Atención sobre la Salud Mental. Cita : 614 110 560 ; <a href="mailto:citaprevialalaguna@gmail.com">citaprevialalaguna@gmail.com</a> Cuarto miércoles de cada mes desde marzo a diciembre de 2025	Concejalía de Drogodependencias del Excmo. Ayto. de La Laguna	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 1 al 7 de julio, horario del centro	<b>Exposición de Indumentaria Tradicional</b>	Se realizará una muestra de la vestimenta tradicional Canaria de la Isla de Tenerife de los siglos XIX y XX	Área de Participación Ciudadana del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Días 1 de julio 09:30 a 13:30 horas	<b>Ensayos</b>	Se realizarán ensayos para el largometraje "Bajo riesgo". Una película de época ambientada en Canarias en el siglo XVII y está subvencionada por el Ministerio de Cultura, Gobierno de Canarias y Cabildo de Tenerife.	Viaje Producciones	Consejo de Centro
Días 1, 8, 15, 22 y 29 de julio de 10:00 a 12:00 horas	<b>Taller de escritura creativa</b>	Espacio de aprendizaje y práctica donde se fomenta la capacidad creativa a través de la escritura de textos, tanto individuales como en grupo. Impartido por Daniel María.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Días 2 de julio 09:30 a 13:30 y de 16:00 a 19:00 horas	<b>Ensayos</b>	Se realizarán ensayos para el largometraje "Bajo riesgo". Una película de época ambientada en Canarias en el siglo XVII y está subvencionada por el Ministerio de Cultura, Gobierno de Canarias y Cabildo de Tenerife.	Viaje Producciones	Consejo de Centro
Del 3 de julio, 18:30 a 20:00 horas	<b>Taller de buenas prácticas e indumentaria tradicional Canaria</b>	Se realizará una charla / taller sobre la vestimenta tradicional Canaria de la Isla de Tenerife de los siglos XIX y XX	Área de Participación Ciudadana del Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Días 8, 14, 21 y 28 de julio 18:00 a 21:45 horas	<b>Taller de Cocina "Elaboración de pan"</b>	Se realizarán diferentes recetas donde el producto principal serán los diferentes panes que se consumen a lo largo de la geografía mundial.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 11 de julio de 18:00 a 23:00 horas	<b>Festival Folclórico del Carmen</b>	Se realizará un festival folclórico en el que participarán diferentes grupos y además se contará con un recital de poemas a cargo de la Asociación Canaria de Poetas Uni-Verso. Al finalizar se ofrecerá un brindis para los asistentes.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Lunes 14 y 15 de julio de 8:00 a 15:00 horas	<b>Curso Manipulador de Alimentos</b>	Formación dirigida para que las personas adquieran los conocimientos necesarios para obtener el Certificado de Manipulación de Alimentos	ONG Cesal	Consejo de Centro
Jueves 17 de julio de 22:00 a 2:00 horas	<b>Gala de Elección Miss Infantil y Adulta de Las Fiestas de La Paz y La Unión</b>	La gala se celebrará en la plaza anexa al centro, utilizándose diferentes espacios del interior del centro como camerino para los grupos, presentadores y candidatas. Además de sala de reuniones para la deliberación del jurado y para los miembros de la Comisión de Fiestas.	Comisión de Fiestas La Paz y La Unión	Consejo de Centro
Viernes 18 de julio de 22:00 a 02:00 horas	<b>Gala Drag Queen de las Fiestas de La Paz y La Unión</b>	La gala se celebrará en la plaza anexa al centro, utilizándose diferentes espacios del interior del centro como camerino para los grupos participantes y las Drag.	Comisión de Fiestas La Paz y La Unión	Consejo de Centro
Domingo 20 de julio de 15:00 a 24:00 horas	<b>V Festival de Habaneras Ciudadana de La Laguna y III Certamen de Habaneras</b>	Dentro del programa de las Fiestas de La Paz y Unión 2025 se acogerá el V Festival de Habaneras Ciudadana de La Laguna y III Certamen de Habaneras que se realiza anualmente y en el que además de las actuaciones de los distintos grupos, también se realizará un Concurso de habaneras.	A. C. Cueva de Unicornios y Comisión de Fiestas de La Paz y Unión	Consejo de Centro
Del día 21 al 31 de julio de 08:30 a 20:30 horas	<b>Campaña de Hemodonación</b>	Se realizará una campaña de recogida de sangre por los distintos donantes voluntarios /as	Dirección General de Hemodonación y Hemoterapia	Consejo de Centro
Días 23 y 25 de julio de 18:00 a 22:00 horas	<b>Taller de Maquillaje</b>	Taller básico de técnicas de maquillaje coreano	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 25 de julio de 17:00 a 22:00 horas	<b>Festival folclórico de los talleres de la A. F. Ariferint</b>	Se realizará un acto con una muestra de los talleres folclóricos que realiza la A. F. Ariferint en el centro. Taller de Canto Canario, Taller de Folclore Gomero, Clases de Baile Canario y Taller de Chácaras y Tambores	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Martes 29 de julio de 18:00 a 23:00	<b>Festival de Fin de Talleres</b>	Se solicita ampliación de horario entre las 22:15 y las 23:15 horas. Se realizará una muestra de los distintos talleres que realiza la A. C. Cueva de Unicornios en el C. C. El Tranvía de manera periódica, Taller de Danzoterapia, Taller de Chi kung y Tai Chi, Sevillanas y Cocina Mexicana	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Lunes 10:00 a 12:00 y viernes de 9:00 a 10:30 horas	<b>Danzaterapia</b>	Se impartirán talleres donde se trabajará el movimiento y la sociabilidad a través de la música	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 11:00 a 12:00 horas	<b>Tai Chi / Chikung (Mañana)</b>	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 horas	<b>Wing Chun</b>	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 a la defensa personal creado por una sacerdotisa que se escapó del templo Shaolin, llamada Ng Mui.	A. D. GR Wing Chun	Consejo de Centro
De lunes a viernes de 15:00 a 20:00 horas	<b>Ocio para Mayores</b>	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	<b>Taller de pintura al Óleo</b>	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 de 16:00 a 17:00 horas	<b>Taller de Canto Canario</b>	Taller de refuerzo de las voces que componen la A. F. Ariferint	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:30 a 18:00 horas	<b>Tai Chi / Chikung (Tarde)</b>	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	<b>Refuerzo musical</b>	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	<b>Yoga (Tarde)</b>	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 Chun	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Teatro</b>	Dirigido a personas mayores de 10 años (sin necesidad de experiencia previa). El taller estará compuesto por formación en Danza, desarrollando las habilidades coreográficas. Música: aprendiendo a utilizar la voz en el canto. Interpretación, explorando las técnicas de actuación para el teatro musical. El mismo tendrá una duración de entre el 13 de enero hasta el 20 de junio. Al finalizar el taller se realizará una presentación abierta al público en junio. Impartido por la compañía HabemusTeatro.	Ayuntamiento de San Cristóbal De La Laguna, Área de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	<b>Dansumba</b>	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	<b>Bachata</b>	Taller donde se enseñará a los usuarios y usuarias el dominio del baile de Bachata	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Lunes de 20:00 a 21:30 horas	<b>Bailes latinos de Iniciación</b>	Taller en el que se iniciará a los asistentes en técnicas de bailes latinos	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 21:00 a 22:00 horas	<b>Bachata Iniciación</b>	Taller donde se enseñará a los usuarios y usuarias los pasos básicos del baile de Bachata	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes y jueves de 09:00 a 10:00 horas	<b>Taller de Entrenamiento Funcional I (Mañana)</b>	Taller de actividad física donde se trabajará Cardio, Gap, Tonificación, Pilates, Flexibilidad y Yoga	A. Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes y jueves de 10:00 a 11:00 horas	<b>Taller de Entrenamiento Funcional II (Mañana)</b>	Taller de actividad física donde se trabajará Cardio, Gap, Tonificación, Pilates, Flexibilidad y Yoga	A. Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 16:00 a 18:30 horas	<b>Cocina Mexicana Intermedia</b>	Se enseñará a preparar platos no muy elaborados de la cocina Mexicana	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Pilates 1</b>	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. Aguerre	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 21:30 horas	<b>Cocina Mexicana Avanzado</b>	Se enseñará a preparar platos sencillos de la cocina Mexicana	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	<b>Pilates 2</b>	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. Aguerre	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional (Tarde)</b>	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	<b>Yoga I (Mañana)</b>	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 Chun	Consejo de Centro
Miércoles 11:00 a 12:00 y viernes de 11:30 a 12:30 horas	<b>Yoga II (Mañana)</b>	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 Chun	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 19:00 horas	<b>Clases de baile canario</b>	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	<b>Calado y Roseta Canaria I</b>	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	<b>Círculos de Lectura</b>	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	<b>Calado y Roseta Canarias II</b>	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 horas	<b>Chácaras y Tambores</b>	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 20:00 horas	<b>Cocina Mexicana Iniciación</b>	Se enseñará a preparar platos sencillos de la cocina Mexicana	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Jueves de 20:00 a 21:30 horas	<b>Bailes latinos Nivel Medio - Avanzado</b>	Taller en el que se aportará a los asistentes técnicas de bailes latinos	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 16:00 a 17:30 horas	<b>Dibujo y pintura Infantil</b>	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Viernes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Sevillanas Iniciación</b>	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 18:00 a 19:30 horas	<b>Dibujo y pintura Adultos</b>	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	<b>Sevillanas</b>	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO TEJINA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 1 al 31 de julio lunes y miércoles en horario de 9.30 a 10.30 horas y de 10:30 a 11:30 horas.	<b>Acondicionamiento Físico</b>	Taller de Acondicionamiento Físico Suave, serán dos grupos. Para más información puede acudir el día y horario de la actividad o llamar al tlf. 642324383 (Iraida)	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Del 1 al 31 de julio lunes y miércoles en horario de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Yoga</b>	Taller de Yoga, actividad de relajación y retrospectiva de uno mismo. Para más información llamar al tlf. 642324383 (Iraida)	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Del 10 junio al 30 de julio los lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas y los martes y jueves de 8:30 a 9:30 horas.	<b>Yoga con Emna</b>	Se desarrollará un Taller de verano de Yoga para conocer las técnicas del Yoga, para más información llamar al tlf. 004790824985	Asociación de Vecinos las Tres Calles	Consejo de Centro
Del 28 al 31 de julio de 17:00 a 22:00 horas.	<b>XI Jornadas de Divulgación Histórica</b>	Programa de charlas sobre divulgación histórica de Canarias: -Lunes 28 de julio a las 18:00 horas: Exposición de los alumnos de Segundo de Bachiller del IES Dr. Antonio González. Conferencia a cargo de Francisco Braian Cabrera Alonso: "La vinculación de Amaro Rodríguez Felipe (Amaro Pargo) y su descendencia con la comarca del nordeste de La Laguna". -Martes 29 de julio a las 19:30 horas: Conferencias a cargo de David Corbella Guadalupe: "Digitalización de los Libros Sacramentales de San Bartolomé Apóstol en Tejina", y Gabriela de Luis Zarate: "El fondo Machado (IECAN). Primeros resultados a propósito de su análisis desde la Archivística Histórica". -Miércoles día 30 de julio a las 19:30 horas: Conferencias a cargo de Paula Barbero Fernández: "Amas de cría, trabajo femenino y familia en las aldeas cercanas a las ciudades tinerfeñas: un camino hacia Tejina desde los padrones históricos", y Augusto José Farrujía de la Rosa: "El Achimenceyato de Addar y el mundo guanche". -Jueves día 31 julio a las 19:30 horas: Conferencias a cargo de Juan Antonio Jorge Peraza: "El patrimonio en la isla de Tenerife: El estado de la cuestión", y Juan Luis Herrera Pérez: "Tejina en 1879: diagnóstico de un momento". Clausura de las Jornadas	Asociación Fuentes de Tejina	Consejo de Centro
14 y 16 de julio de 9:00 a 13:30 horas	<b>Taller de creación de videos</b>	Se formará a los asistentes para que puedan crear videos con imagen y sonido.	Proyecto "Canarias en la Red"	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Metafísica</b>	Se impartirán clases de metafísica. Para más información o inscripción contactar con Ana Tovar. Tlf. 647400619. - Ley de Mentalismo - Las siete leyes Universales - Manejo y uso correcto del pensamiento y sentimiento. - Meditación - Principios básicos de las grandes religiones. - Grandes pensadores.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Miércoles de 10:00 a 12:00 horas.	<b>Cestería</b>	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
Martes y jueves de 8:30 a 10:40 horas.	<b>Pilates</b>	Clases de 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
Lunes y miércoles de 8:30 a 9:30 horas.	<b>Yoga para adultos. Iniciación</b>	Taller de iniciación al yoga para adultos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 676 312 688 (María). - Momento para empezar a respirar en calma y desconectar del afuera. - Calentamiento para preparar nuestro cuerpo para la práctica. - Secuencia progresiva y orgánica de asanas. - Relajación o meditación final.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas.	<b>Clases de inglés</b>	Se impartirán clases de inglés dirigidas tanto para niños/as entre 8 y 15 años como para adultos a partir de los 16 años. Para más información o inscripción contactar con José Luis y Emma a través del correo emmamfrancis@hotmail.com o llamando a los tlf. 606 809 802 y/o 611 621 816.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 horas (grupo para adultos). Jueves de 17:00 a 19:00 horas (grupo para niñas/os y adolescentes).	<b>Taller de Dibujo y Pintura</b>	Se realizará un taller de dibujo y pintura para todos los niveles. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tlf. 622698176 (no se responden whatsapps).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:30 a 21:30 horas.	<b>Zumba con Aránzazu</b>	Actividad física que se realiza bailando con diferentes estilos de música como merengue, salsa, reggaeton, bachata... 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.	<b>Iniciación de instrumentos: guitarra, laúd y bandurria</b>	Se impartirán clases de iniciación a guitarra, laúd y bandurria. Para más información llamar al tlf. 609 611 259.	Asociación Cultural Guatatiboa	No
Lunes a jueves de 8:00 a 15:00 horas.	<b>Barrios por el Empleo</b>	Punto de atención laboral para facilitar que la ciudadanía en situación de desempleo pueda participar en este proyecto integral de empleo, que pone a disposición de las personas participantes las herramientas necesarias para que tengan más posibilidades de acceder a un empleo. Para más información contactar a través del correo electrónico bxe_teguste@fg.ull.es o en el tlf. 606 45 44 21.	Proyecto Barrios por el Empleo: Juntos más Fuertes	No
Miércoles y viernes de 16:00 a 17:00 horas.	<b>Clases de Lengua de Signos</b>	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

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Cuarto miércoles de cada mes de 10:00 a 13:00 horas.	<b>Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano. Salud para Tod@s</b>	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 y cita llamar al tlf: 614 110 560 o al correo electrónico <a href="mailto:citaprevialaguna@gmail.com">citaprevialaguna@gmail.com</a>	Concejalía de Drogodependencias	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 20:00 horas.	<b>Club de Lectura</b>	Actividad consistente en un club de lectura, vienen los primeros y terceros miércoles de cada mes. Para más información Macondo - 671168903	Asociación Cultural Canaria de Escritores	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 y martes y jueves de 8:30 a 9:30 horas.	<b>Curso de verano de Yoga</b>	Taller de yoga para adultos durante el verano. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o por Whatsapp al tlf. +47 90824985 (Emma).	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 16:00 a 19:00 horas y jueves de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Formación Básica Inicial</b>	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: <a href="https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenriffe/matricula/">https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenriffe/matricula/</a>	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).	<b>Tai chi (iniciación y avanzado)</b>	Se impartirán clases de Tai Chi. Iniciación y avanzado. Para más información llamar al tlf. 679 169 346 (Beatriz)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Estiramientos/Streching</b>	Se impartirán clases de Estiramientos. Para más información llamar al tlf. 679 169 346 (Beatriz)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:30 a 20:30 horas.	<b>Entrenamiento y salud</b>	Se impartirán clases de entrenamientos individualizados para mejorar la condición física. Para más información llamar al tlf. 666 348 840 (Javier)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	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.	<b>Hatha Yoga</b>	Se impartirán clases de Hatha Yoga. Para más información llamar al tlf. 650 480 321 (María)	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 10:00 horas.	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Se impartirán clases de Entrenamiento Funcional. Para más información llamar al tlf. 666 336 172	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes 15:30 a 17:00 horas y jueves de 17:00 a 18:30 horas.	<b>Estiramientos, relajación y terapia integral</b>	Se impartirán clases de estiramientos, relajación y terapia integral. Para más información llamar al tlf. 639423931 (Vanessa)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:00 horas.	<b>Taller de Lectura</b>	Se impartirá un Taller de Lectura una vez al mes. Para más información llamar al tlf. 649 821 401	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 Viernes de 10:00 a 12:00 horas.	<b>Biodanza</b>	Se impartirán clases de Biodanza. Para más información llamar al tlf. 676 312 688	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas (adultos) y Martes de 18:00 a 19:00 horas (niños).	<b>Folclore Instrumental</b>	Se impartirán clases de Folclore Instrumental para niños y adultos. Más información acudiendo el día y horario de la actividad.	Asoc. de Vecinos Aguacada	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes de 18:30 a 20:30 horas.	<b>Programa de Radio "Soulake"</b>	Programa de radio on- line y de actualidad de la comarca, noticias, novedades musicales, tertulia, redes sociales, concursos radiofónicos y entrevistas in situ a artistas de la comarca.	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Tercer o cuarto miércoles de mes de 20:00 a 21:30 horas.	<b>Presentaciones de Libros y Charlas Culturales</b>	Se impartirá una vez al mes una Charla o Presentación de algún libro, se impulsa el sentimiento canario y nuestros orígenes, se realizarán normalmente el tercer o cuarto miércoles de cada mes.	Departamento de Humanidades de la Universidad de La Laguna	Consejo de Centro
Martes y jueves de 15:30 a 17:45 horas.	<b>Refuerzo Educativo (Programa CaixaProinfancia)</b>	Actividad de refuerzo educativo enmarcada dentro del programa CaixaProinfancia, y gestionada por la Fundación Eccla Social, para ayudar a los más pequeños con las actividades del cole para que puedan desarrollarse mejor y estar acompañados.	Fundación ECCA Social	Concejalía de Participación Ciudadana y Programa CaixaProinfancia
Miércoles de 18:30 a 20:00 horas.	<b>Curso de costura</b>	Curso donde se enseñará a como manejar una máquina de coser y aprender lo básico de la costura. Para más información llamar al tlf. 666 336 172	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 11:00 a 13:00 horas.	<b>Programa ECO</b>	Programa destinado para personas mayores a partir de los 60 años de edad. Actividad gratuita. - Mantenimiento Físico - Estimulación Cognitiva - Creatividad - Ocio y Tiempo Libre	Asociación Domitila	Asociación Mayores El Apio
Viernes de 17:00 a 19:00 horas.	<b>Taller de Dibujo y Pintura.</b>	Se realizará un taller de dibujo y pintura para niños/as y adolescentes a partir de 6 años. Adultos llamar para consultar. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tlf. 622698176 (no se responden whatsapps).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Dancefit</b>	Se realizará un taller de Dancefit. Información e inscripciones llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 610 977 952	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 19:00 horas.	<b>Baile Folclórico</b>	Se realizará un taller de Baile Folclórico. Información e inscripciones llamando al tlf. 605 157 963	Asociación Cultural Guatatiboa	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 17:30 a 19:30 horas.	<b>Taller de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas</b>	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
Lunes de 16:00 a 17:30 horas.	<b>Taller Actividad Física-Estimulación Cognitiva</b>	Actividad física y estimulación cognitiva, dirigida a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



## CENTRO CIUDADANO LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
3 de julio a las 18:30 h	<b>Festival de Música y Danza</b>	Se llevará a cabo un Festival de Fin de Curso para disfrutar de una variada y vibrante muestra artística, con actuaciones que recorren diferentes estilos y tradiciones musicales. Actuaciones: Grupo Sesentuna, Grupo Padentro, Grupo Sin Ton Ni Son, Exhibición de Tango y Folklore Argentino, Interpretaciones de guitarra y timple, canto y otras actuaciones.	Asociación Danzarte	Consejo de Centro
4 de julio, a las 18:00 h	<b>Taller Benéfico de Iniciación a la Danza del Vientre</b>	Se impartirá una actividad solidaria dirigida a todas las personas interesadas en conocer los fundamentos básicos de la danza del vientre, sin necesidad de experiencia previa. Este taller tiene como objetivo principal la recolección de suministros para animales rescatados, por lo que la inscripción se realiza mediante la donación de productos como alimentos para perros (pienso, latas), material de curas (gasas, suero fisiológico, clorhexidina, vendas, etc.) y artículos de limpieza (vinagre de manzana, lejía, Sanytol, bolsas de basura, esponjas...).	Luisi Jiménez	Consejo de Centro
8 y 10 de julio, de 9:30 a 14:00 h	<b>Uso y Manejo de Smarthone</b>	Una experiencia enriquecedora tanto a nivel físico como emocional, que promueve el bienestar, la solidaridad y el compromiso con el cuidado animal. A través de Canarias en la Red se llevará un taller para aprender a usar y manejar un smarthone	Canarias en la Red	Concejalía de Participación Ciudadana
Del 7 al 14 de julio	<b>Exposición de Indumentaria Tradicional</b>	Se trata de una exposición cultural dedicada a mostrar la riqueza y diversidad de la vestimenta típica. A través de una exhibición de trajes tradicionales, los asistentes podrán conocer los elementos, colores, tejidos y significados que forman parte del patrimonio cultural.	Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Miércoles 7 de julio, de 17:30 a 19:00 h	<b>Taller de buenas prácticas en indumentaria tradicional</b>	Taller orientado a promover el conocimiento, respeto y uso adecuado de la vestimenta tradicional, destacando su valor cultural, simbólico y artesanal.	Participación Ciudadana	Consejo de Centro
8 de julio, de 17:00 a 18:00 h	<b>Charla "El Origen de las Romerías en Canarias, Pureza y Tradición"</b>	Espacio de divulgación dedicado a explorar el origen y evolución de las romerías en Canarias, destacando su valor tradicional. Se abordarán temas como el origen de la romería moderna, los elementos esenciales de la comitiva romera, la historia y estructura de las carretas, los materiales y decoraciones tradicionales, así como el significado original de los barcos en este contexto festivo. Una oportunidad para reforzar el conocimiento y la preservación de estas manifestaciones culturales. Introducción: El origen de la romería moderna Elementos indispensables en la comitiva romera El origen y posterior estructura de las carretas Elementos decorativos a recuperar Los materiales que se deben usar al elaborar la carreta El origen de los barcos	Participación Ciudadana	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



11 de julio, a las 18:00 h	<b>Obre de Teatro "Final de Jornada"</b>	No	Asociación Dominicana HM	Consejo de Centro
Sábado 19 de julio, de 10:00 a 22:00 h	<b>Panchanga Scalextric</b>	Competición de Scalextric para los miembros del Club Deportivo y simpatizantes. Verificación y carrera Slotlagun y Scalextric	Club Deportivo Slotlagun Scalextric	Consejo de Centro
22 y 24 de julio, de 9:30 a 14:00 horas	<b>Compra y pago seguro en internet</b>	A través de Canarias en la Red se llevará un taller de compra y pago seguro en internet	Canarias en la Red	Concejalía de Participación Ciudadana
Martes y jueves, de 10:00 a 13:00 h	<b>Atención y matrícula de Radio Ecça</b>	Se presta información al alumnado y pueden gestionarse cuestiones relacionadas con la matrícula, en los días y horarios señalados. 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 Ecça	No
Lunes y miércoles, de 17:00 a 19:00 h. Lunes de 11:00 a 13:00 h.	<b>Clases de Dibujo y Pintura</b>	La Asociación Artcreadores oferta talleres de dibujo y pintura a todos los niveles para adultos. Para más información contactar con el monitor Daniel Lecuona: 622.698.176. No se responde a WhatsApp.	Asociación Cultural Artcreadores	No
Martes y miércoles, de 17:00 a 20:00 h	<b>Tutorías de Radio Ecça</b>	Se presta por parte del profesorado asesoramiento a los alumnos y alumnas, en relación con las materias impartidas por ellos, en los días y horarios señalados. Radio ECCA es una institución educativa, comunicativa y de acción social. Tiene un sistema propio de enseñanza, el Sistema ECCA, en el que se sincroniza el material pedagógico, la clase en audio y la acción tutorial.	Radio Ecça	No
Lunes, de 19:00 a 20:00 h	<b>Metafísica</b>	Son encuentros en los que se habla sobre la metafísica es una rama de la filosofía que estudia los problemas centrales del pensamiento filosófico: el ser en cuanto tal, el absoluto, Dios, el mundo, el alma. En esa línea, intenta describir las propiedades, fundamentos, condiciones y causas primeras de la realidad, así como su sentido y finalidad. Para más información, acudir el día que se imparte la actividad	Grupo Metafísica	No
De lunes a viernes, de 8:00 a 16:00 h	<b>Labores Internas y Atención al Público de la Asociación Creativa</b>	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	No
Miércoles de 17:30 a 18.30 h.	<b>Quan Cheng</b>	Para más información, acudir el día que se imparte la actividad	Asociación Quan Cheng para la Salud en Canarias	No.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Solicitar cita previa	<b>Asesoramiento, Diagnóstico, Talleres...</b>	La Asociación Aspercan da asesoramiento, realiza diagnósticos y lleva a cabo talleres dirigidos a los usuarios de la Asociación. Para más información: 678 801 807	Aspercan	No.
Miércoles, de 10:00 a 13:00 h	<b>Taller de retoque fotográfico</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu ofrece a los mayores la actividad de retoque fotográfico,	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No.
Miércoles, de 16:00 a 17:30 h	<b>Grupo de lectura</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le 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"	No
Viernes, de 15:30 a 18:30 h	<b>Pintura al óleo para mayores</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le 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"	No
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	<b>Bordado Español</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le 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"	No
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	<b>Taller de costura</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de costura. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Viernes, de 16:00 a 17:00 h	<b>Gimnasia</b>	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de gimnasia para mayores. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Jueves de 16:00 a 17:30 h.	<b>Pintura al óleo para mayores</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de pintura. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	No
Jueves de 17:45 a 19:15 h,	<b>Cocina saludable</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de cocina. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	No
Miércoles de 18:00 a 19:30 h.	<b>Yoga</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de yoga	Área de Bienestar Social	No
Viernes de 16:00 a 17:00 h, de 17:00 a 18:00 h y 18:00 a 19:00 h	<b>Fotografía</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de fotografía.	Área de Bienestar Social	No
Jueves de 16:00 a 17:30 h,	<b>Estimulación Cognitiva</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de estimulación para la memoria.	Área de Bienestar Social	No
Martes de 11:00 a 12:00 h. Miércoles y viernes de 10:30 a 11:30 h.	<b>Gimnasia coreográfica</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de gimnasia	Área de Bienestar Social	No
Lunes y miércoles, de 17:30 a 19:00 h	<b>Acondicionamiento Físico</b>	A través del OAD se imparten clases de Acondicionamiento Físico, para más información: <a href="https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d">https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d</a>	Organismo Autónomo de Deportes	No
Lunes y miércoles, de 9:00 a 10:30 h	<b>Yoga</b>	A través del OAD se imparten clases de Yoga, para más información: <a href="https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d">https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ctl/iPistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d</a>	Organismo Autónomo de Deportes	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes de 17.00 a 20.00 h	<b>Danzas latinoamericanas (tango, folklore Argentino, folklore de Chile...</b>	A través de Danzarte se realizan las inscripciones 654,930,134	Asoc. Danzarte en Canarias	
Jueves de 18.15 a 20.45 h	<b>Taller de guitarra, canto y timple</b>	A través de Danzarte se realizan las inscripciones 693.757.676	Asoc. Danzarte en Canarias	No

### CENTRO CIUDADANO GRACIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Taller infantil Roseta Canaria</b>	Taller infantil, a partir de 8 años. Para más información e inscripción: 627 085 523	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
A partir del 10 de julio los jueves de 10:00 a 12:00 horas	<b>Taller de Bailoterapia, verano en movimiento.</b>	Disciplina que utiliza el baile y la música con fines terapéuticos. Información e inscripción: 695067826	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Curso de Tejido en Telar de Cintura</b>	Experiencia formativa y cultural sobre el arte ancestral del tejido en telar de cintura. Dirigido a personas interesadas en textiles, artes manuales y cultura indígena. Combina teoría, práctica y reflexión. Más información e inscripción: 660 339 230. Presentación del curso y contexto histórico- cultural del telar de cintura. Preparación del telar: materiales y armado. Técnicas básica de urdido y tejido. Desarrollo de un proyecto textil individual. Cierre: exposición de trabajos, reflexión y entrega de constancias.	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Jueves de 11:30 a 13:30 horas	<b>Taller de Canto Canario</b>	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Teléfono: 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas.	<b>Taller de Instrumentación de Folclore Canario</b>	Taller de Instrumentación de Folclore Canario. Inscripción previa. Contacto:Arodi. Teléfono: 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:30 horas	<b>Taller de Canto Canario</b>	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	<b>Taller de Instrumentación de Folclore Canario</b>	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Teléfono: 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:45 a 18:00 horas	<b>Yoga</b>	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
Miércoles de 16:30 a 18:30 horas	<b>Taller de Rosetas</b>	Taller de Rosetas, también conocida encaje de Tenerife. Inscripción previa. Contacto: Carmen. Teléfono: 627085523	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Viernes de 16:00 a 18:00 horas	<b>Ensayos</b>	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	<b>Taller de Baile Tradicional Canario (Iniciación)</b>	Taller de Baile Tradicional Canario. Inscripción previa. Contacto: Carlos. Teléfono: 629415800	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Clases de Wing Tsun</b>	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 Teléfono: 609.711.848	Asociación Deportiva G&R Wing Tsun	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 21:00 y sábados de 10:00 a 13:00 horas	<b>Juegos de Tablero y Rol</b>	Juego interpretativo-narrativo, donde cada jugador representa el papel de un persona. Inscripción previa. eduardo.cabrera247@gmail.com / elsamaria.mendoza@gmail.com	Asociación de Vecinos Santa María de Gracia	Consejo de Centro
Durante el mes de julio y agosto: Lunes y miércoles de 16:30 a 21:00 horas. Martes, jueves y viernes de 9:00 a 13:00 horas	<b>Clases de Piano</b>	Clases de Piano de iniciación. Inscripción previa teléfono 623 114 433	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
2 de julio a las 17:30 horas	<b>Charla "El Origen de las Romerías en Canarias, Pureza y Tradición"</b>	Espacio de divulgación a cargo de Julio Torres Escritor e Investigador, donde explicará el origen y evolución de las romerías en Canarias, destacando su valor tradicional. Se abordarán temas como el origen de la romería moderna, los elementos esenciales de la comitiva romera, la historia y estructura de las carretas, los materiales y decoraciones tradicionales, así como el significado original de los barcos en este contexto festivo. Una oportunidad para reforzar el conocimiento y la preservación de estas manifestaciones culturales. Entrada libre, hasta completar el aforo. - Introducción: El origen de la romería moderna - Elementos indispensables en la comitiva romera - El origen y posterior estructura de las carretas - Elementos decorativos a recuperar - Los materiales que se deben usar al elaborar la carreta - El origen de los barcos	Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de centro
Viernes 4 de julio a partir de las 17:30 horas	<b>Presentación de los Adornos</b>	Se presentarán los adornos que se han realizado en los diferentes talleres que se han llevado a cabo en el centro, para decorar las calles, balcones en la Romería de San Benito y San Diego.	Asociación Amigos y Romeros de San Benito	Consejo Centro
Viernes 4 de julio a las 18:00 horas	<b>Exhibición de Bailes Canarios</b>	Finalización de las clases de baile canario. Se llevará a cargo por parte del grupo de baile canario una exhibición de los bailes aprendidos junto a una parranda	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de centro
Lunes 7 de julio de 17:00 a 20:00 horas	<b>Taller Decoración Textil</b>	Se imparte un taller para pintar una talega con diferentes motivos a elegir. Previa inscripción Ana Rosa 686 285 765	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes 8 de julio a las 19:00 horas	<b>Actuación Musical</b>	The Sunrise Choir nos ofrece una muestra de su repertorio. Entrada libre hasta completar aforo.	Coro Star D Choir	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Lunes de julio de 17:00 a 18:30 horas	<b>Taller de Informática Básica</b>	Curso intensivo de julio . Se imparten clases de informática básica, previa inscripción en el teléfono: Jonathan 647 888 620	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de Julio de 10:30 a 12:00 horas	<b>Taller de Móvil y Tablet</b>	Curso intensivo de julio . Se imparten clases para manejar el móvil y la tablet, previa inscripción en el teléfono Jonathan 647 888 620	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles de julio y 1ª quincena de agosto de 17:30 a 19:00 horas	<b>Clases de Guitarra española</b>	Mes de julio y 1ª quincena de agosto. Se imparte un curso intensivo de verano, para aprender a tocar los primeros acordes en la guitarra española. Previa inscripción en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y jueves 1º grupo de 10:00 a 11:30 horas y 2º grupo 11:30 a 13:00 horas	<b>Clases de Baile Moderno/Urbano</b>	Mes de julio y 1ª quincena de agosto Se imparten clases de baile moderno/urbano, por grupos, niños de 5 a 10 años y adolescentes de 11 a 18 años. Gratuitas, previa inscripción en el centro 922 266 669 o con la profesora Paula Alonso: 622 512 901	A.VV. El Monte de San Diego	Concejalía de Participación Ciudadana
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	<b>Clases de Gimnasia Coreográfica</b>	Mes de julio y 1ª quincena de agosto. Se imparten clases de gimnasia para adultos, donde se trabajará la parte física con ejercicios acompañados de música. Previa inscripción en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
3 de julio de 17:00 a 19:00 horas	<b>Taller La Aceptación.</b>	La Aceptación: Base del Bienestar, aprendiendo a querernos a nosotros mismos y la aceptarnos como somos, pero también comprendiendo la realidad en la que vivimos sin renunciar al cambio, entendido como la mejora de nuestro bienestar. Previa inscripción 922 266 669	Centro de la Familia	Consejo de Centro
10 de julio de 17:00 a 19:00 horas	<b>Taller Comprendiendo la Ansiedad</b>	Programa Infacam Comprendiendo la ansiedad, entendiendo la forma de actuar ante situaciones de ansiedad tanto propias como del otro, dotando de herramientas y estrategias para gestionar la misma. Previa inscripción 922 266 669	Centro de la Familia	Consejo de Centro
17 de julio de 17:00 a 19:00 horas	<b>Taller Adaptación al cambio: el duelo</b>	Programa Infacam Adaptación al cambio: el duelo conocemos como afrontar las diferentes situaciones de ruptura, separaciones o pérdidas a través de un enfoque práctico. Previa inscripción llamar al teléfono 922 266 669	Centro de la Familia	Consejo de Centro
24 de julio de 17:00 a 19:00 horas	<b>Taller Gestión del Estrés</b>	Programa Infacam Gestión del estrés, conociendo los diferentes síntomas posibles de estrés, y una serie de técnicas y/o herramientas que nos ayude a gestionarlo, llevándonos a una mejor calidad de vida. Taller gratuito, para adultos. Más información e inscripción llamar al teléfono 922 266 669	Centro de la Familia	Consejo de Centro
Lunes de 17.00 a 18.00 horas	<b>Clases de Timple I</b>	Se imparten clases de iniciación al timple 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 19.00 horas	<b>Clases de Timple II</b>	Se imparten las clases de timple para el aprendizaje de este instrumento tradicioanl canario. Previa inscripción en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Lunes y miércoles de 18.30 a 19.30 horas	<b>Clases de Yoga Mayores</b>	Se imparten clases de 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	<b>Clases de Yoga</b>	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscripción previa llamando al centro 922 266669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 17.30 a 19.00 horas	<b>Clases de Latinos</b>	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
Martes y Jueves de 20.00 a 20.45 horas	<b>Clases de Pilates</b>	Se imparten clases de Pilates suelo, para adultos, previa inscripción a través de la asociación o 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	<b>Clases de Chikung</b>	Se imparten clases de Chikung, donde el alumno realiza movimientos suaves del cuerpo con relajación y respiración. Es un sistema de desarrollo personal. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes o Jueves de 17.00 a 19.00 horas	<b>Clases de Barro</b>	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 19.00 a 20.00 horas	<b>Clases de Sevillanas</b>	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
Los primeros lunes de mes de 16.30 a 18.00 horas	<b>Lectura de un libro</b>	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
Martes y Viernes de 21.00 a 22.30 horas	<b>Ensayo</b>	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

## CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Yoga Táctico</b>	Clase terapéutica y dinámica de técnicas de concentración mediante la actividad física de estiramientos y relajación. Inscripción previa: Sheyla 691 202 170	Asociación Bailamos Contigo	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Meditación</b>	Ejercicios de calma mental y bienestar. Inscripción previa: Sheyla 691 202 170	Asociación Bailamos Contigo	Consejo de Centro
Mañanas Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00 horas. Tardes Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	<b>Zumba</b>	Disciplina fitness mediante movimientos de bailes combinados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	Asociación Bailamos Contigo	Consejo de Centro
Martes y jueves de 10:00 a 11:00 horas.	<b>Clases de Mantenimiento</b>	Ejercicios físicos de bajo impacto y moderados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	Asociación Bailamos Contigo	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Mañanas: miércoles de 11:00 a 12:30 y viernes de 12:00 a 13:30 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.	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Entrenamiento Funcional que incluye musculación, estiramientos, GAP y cardio. Inscripción previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	<b>Vestimenta Tradicional</b>	Clases de confección de vestimentas tradicionales canarias. Inscripción previa: Carmen 666 270 472	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Mañanas: lunes de 10:00 a 13:00 horas Tardes: martes y miércoles de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Crochet</b>	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 17:30 a 19:30 horas.	<b>Clases de Cuerdas</b>	Clases de distintos instrumentos de Cuerda: guitarra, bandurria, timple, laúd, bajo, cuatro venezolano, ukelele. Clases de Tablatura aplicada al folklore y canción popular Canaria. Inscripción previa: Noly 676 398 407 o Sandra 677 037 310	Asociación Cultural San Borondón	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Clases de Guitarra y Bajo</b>	Se imparten clases de guitarra y bajo, donde se trabajarán diferentes estilos musicales y solfeo. Actividad dirigida a Jóvenes y Adultos. Inscripción previa: Frank 669 885 277	Grupo Musical IXEMAD	Consejo de Centro
Jueves de 20:00 a 21:00 horas.	<b>Escuela Folclórica</b>	Enseñanza de Bailes Tradicionales Canarios de las 8 Islas a partir de los 7 años y adultos. Inscripción Previa: Jeremy 697 847 286	Grupo Musical IXEMAD	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Teatro Adultos</b>	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: Elena Feria 651 533 784	Asociación de Acción Teatral Actrices con A	Consejo de Centro
Martes y jueves de 08:30 a 13:30 horas	<b>Formación, Búsqueda y Orientación de Empleo.</b>	Atenciones para la formación, orientación y búsqueda de empleo. Cita previa: Desireé : 671 489 792	Fundación Don Bosco Salesianos Social	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Todo el mes de julio, en horario de apertura del centro.	<b>Recogida de alimentos y enseres para los animales rescatados del Albergue Comarcal Valle Colino</b>	Un año más, La Asociación de Mujeres de Finca España organiza una recogida solidaria de alimento y enseres para los animales rescatados del Albergue Comarcal Valle Colino. Recogemos: Pienso y comida húmeda (gatos y perros), lejía, champú (perros y gatos), enseres (mantas, toallas, camitas, cepillos, correas...) Para más información llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Jueves 3, de 16:15 a 18:00 horas	<b>Taller de Búsqueda Activa de Empleo</b>	Taller de búsqueda activa de empleo de La Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife "Ámate". Entrada libre y gratuita. Para más información 922.67.09.67	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife Ámate
Jueves 10, de 16:15 a 18:00 horas	<b>Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife Ámate</b>	Charla enmarcada dentro del programa EDUCASALUD de La Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife "Ámate", bajo la temática "Detección Precoz del Cáncer de Mama y Hábitos Saludables". Entrada libre y gratuita. Para más información 922.67.09.67	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife Ámate
Viernes 25, a partir de las 18:00 horas	<b>Jornadas de Puertas Abiertas CC Finca España y Fin de Curso A.M.F.E</b>	Como todos los años, la Asociación de Mujeres de Finca España celebra el acto de fin de curso de las actividades que promueve en el Centro Ciudadano de Finca España. Además podrás conocer todas las actividades que se desarrollan en el centro y las posibilidades que el mismo te ofrece. Ven a celebrar con nosotros y disfruta de las actuaciones de los diferentes grupos, así como de la fiesta que hemos preparado. Entrada libre hasta completar aforo.	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Zumba</b>	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 20:00 a 21:30 horas	<b>Clases de Son Cubano y Cha cha chá</b>	Sumérgete en el ritmo y la elegancia del Son Cubano. Aprende desde cero los recursos básicos, musicalidad, conducción y la historia detrás de este baile. Inscripciones mediante whatsapp al 667.555.545	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes de 17:00 a 18:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	El entrenamiento funcional es una forma de ejercicio que tiene como objetivo preparar a tu cuerpo para hacer frente a las tareas del día a día, como agacharse para recoger algo, mover objetos pesados, estirar los brazos para alcanzar algo, subir escaleras, cargar las bolsas de la compra. etc. Para ello, en lugar de aislar músculos individuales, el entrenamiento funcional se enfoca en los patrones de movimiento completos que utilizamos en la vida diaria. Para más información llamar al 661246400.	Asociación Musical y Cultural Angora	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	<b>Shinobijutsu (Ninjutsu) jóvenes y Adultos</b>	Clases de Ninjutsu para jóvenes a partir de 12 años y adultos. El Ninjutsu es el arte marcial japonés de los ninja. 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 18:00 a 19:30 horas.	<b>Shinobijutsu (Ninjutsu) Infantil</b>	Clases de Ninjutsu para niños de 6 a 11 años. El Ninjutsu es el arte marcial japonés de los ninja. 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

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	<b>Clases de Sevillanas y Flamenco</b>	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
Martes y jueves de 16:15 a 17:00 horas.	<b>Pilates Stretch</b>	Pilates Stretch es un enfoque del método pilates que enfatiza la elongación y flexibilidad muscular. Se centra en ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad, reducir tensiones y aumentar la amplitud de movimiento. Para más información e inscripción, imprescindible contactar mediante whatsapp al 722.255.625 (Daniela-instructora)	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:30 y jueves de 18:00 a 19:30 horas	<b>Taichí</b>	Clases de Taichí, un arte marcial originaria de china que se practica en la actualidad para reducir y aliviar el estrés y la ansiedad, además desarrolla la flexibilidad y el equilibrio. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967.	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:00 horas	<b>Yoga - Técnicas de Relajación</b>	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.	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	<b>Costura y arreglos</b>	Taller de costura y arreglos de ropa, se puede participar sin conocimientos previos de costura. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 16:30 a 18:00 horas.	<b>Teatro Aficionado</b>	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	Grupo de Teatro "Son las que están y están las que son"	Consejo de Centro
Jueves de 19:30 a 21:30 horas	<b>Danza del Vientre</b>	Clases de Danza del Vientre para todos los niveles. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes de 10:00 a 11:30 horas	<b>Clases de Castañuelas</b>	Clases de iniciación al toque de castañuelas, unas clases que ofrecen aprender a tocar las castañuelas o palillos desde cero. Para más información llamar al 922.670.967 o whatsapp al 653.787.609	Asociación Cultural Feria de Abril Tenerife	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO LSA CHUMBERAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Todos los martes de 18:00h a 19:00h y todos los jueves de 19:00h a 20:00h	<b>Gimnasia</b>	Taller de Gimnasia para mantener una óptima condición física. Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	A.VV. Chumberas	Consejo de Centro
Todos los martes de 19:00h a 20:00h y Todos los jueves de 20:00h a 21:00h	<b>Bailes Latinos</b>	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.	A.VV. Chumberas	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 19:00	<b>Baile tradicional</b>	Clases de Baile Tradicional, más información llamando al 697847286.	Asociación Coros y Danzas Acoidán	No
Jueves de 17:30 a 19:00	<b>Ensayo Teatros</b>	Grupo de Teatro. Para más información llamar al tlf. 607 54 33 96.	Asociación Teatros	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### CENTRO CIUDADANO JARDINA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes a las 20:00 horas	Taller de Canto - Virginia Guantanamera	Talleres de canto e interpretación por Virginia Guantanamera	Concejalía Participación Ciudadana	Comisión Promotora

### CENTRO CIUDADANO SAN LUIS GONZAGA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:00 a 18:00	Taller de manualidades	Taller de manualidades donde 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
Martes y viernes de 17:00 a 19:00 horas	Kpop	K-House Dance Academy, Clases de K-Pop y Baile Urbano. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil de Baile K-House	No
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas	Clases de idiomas	Clases de idiomas para niños/as. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Fundación Universidad ULL	No
Lunes y jueves de 16:00 a 20:00 horas.	Talleres de Teatro Social	Clases de Teatro Social dirigidos a todos los públicos.. Para más información acudir al centro en el horario indicado. El "Teatro Social", particularmente teatro foro, busca abordar problemas desde su raíz y promover soluciones colaborativas para fomentar la participación y cooperación democrática. De esta manera estos talleres buscan formar a jóvenes en esta herramienta para poder ofrecer bolos y actividades relacionadas a la ciudadanía.	Asoc. Juvenil y Cultural KAUA	No

### CENTRO CIUDADANO LAS CARBONERAS

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

### CENTRO CIUDADANO EL BATÁN

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 19:30 a 21:30	Ensayo de la Parranda	Ensayo de la parranda	Parranda Cuevas de Lino	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### CENTRO CIUDADANO GUAMASA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 20:00 a 22:00	<b>Ensayo de la Danza</b>	Ensayo Danza de Guamasa	Danza Guamasa	No
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 Y martes de 20:00 a 21:30	<b>Ensayo de la A.F. Leopoldo Morales</b>	Ensayo de la parte instrumental y del cuerpo de baile	A.F. Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Miércoles 21:00 a 22:00	<b>Ensayo Parranda Entreamigos</b>	Ensayo de la parte instrumental	Parranda Entreamigos	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 20:00	<b>Clases de Bordados</b>	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	<b>Baile</b>	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
Domingos de 17:00 a 22:00	<b>Baile</b>	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
Miércoles a las 19:00 horas	<b>Taller de Canto - Virginia Guantanamera</b>	Talleres de canto e interpretación por Virginia Guantanamera	Concejalía Participación Ciudadana	Comisión Promotora

### CENTRO CIUDADANO VALLE JIMÉNEZ

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00	<b>Clases de Gimnasia de Mantenimiento</b>	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Valle Jiménez	No
Miércoles de 18:30 a 22:00 y viernes de 20:30 a 22:00 horas	<b>Clases de Guitarra</b>	Clases para aprender a tocar la guitarra.	A.VV. Valle Jiménez	No
Martes a sábado de 17:00 a 22:30	<b>Juegos de mesa</b>	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Valle Jiménez	No
martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Ensayo de grupo de música</b>	Ensayo de un grupo de música de nueva creación	Grupo música	No
Sábados a las 17:00 horas	<b>Fútbol chapas</b>	Se harán ligas, torneos y talleres sobre este hobby apasionante. Para más información sobre esta actividad, acudir en el horario indicado.	Club Fútbol Chapas La Laguna LFC	No

### CENTRO CIUDADANO LAS MERCEDES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes 20:00 a 21:00 horas	<b>Ensayos Danza</b>	Ensayo Danza de los Viejos Las Mercedes	Danza Los Viejos de Las Mercedes	No
Martes y jueves 20:00 a 23:00 horas	<b>Ensayo Coro</b>	Ensayo del Coro Sueños de Anaga	Coro Sueños de Anaga	No
Lunes 17:00 a 19:00 horas	<b>Ensayo Parranda</b>	Ensayo parranda Las Mercedes	Parranda Las Mercedes	No
Miércoles de 20:30 a 22:00 horas	<b>Ensayo</b>	Ensayo del grupo Beneharo	Grupo Folklórico Beneharo	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Miércoles 19:00 a 20:30 horas	<b>Clases de instrumentos de cuerda</b>	Clases de Instrumentos de Cuerda impartida por Sergio González Ángel. Para más información ponerse en contacto por whatsapp al 685733166 o enviar correo a <a href="mailto:info@lasmercedes.es">info@lasmercedes.es</a>	A.VV Valle Las Mercedes	No
Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas	<b>Stretch Pilates</b>	Stretch Pilates disciplina que combina la técnica del pilates con ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad, la movilidad articular, la postura y la fuerza muscular. Se enfoca en la conexión mente-cuerpo, promoviendo la concentración, el control, la precisión y la respiración durante la práctica. Para más información ponerse en contacto por whatsapp al 685733166 o enviar correo a <a href="mailto:info@lasmercedes.es">info@lasmercedes.es</a>	A.VV Valle Las Mercedes	No

### CENTRO CIUDADANO LOS ANDENES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 16:00 a 18:00 horas	<b>Clases de Bordados</b>	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	No
Martes y jueves 20:00 a 20:30 horas	<b>Ensayo A.F.</b>	Ensayo de la A.F. Achamán	A.F. Achamán	No
Miércoles 16:00 a 18:00 y Viernes 17:00 a 20:00 horas	<b>Escuela de la A.F. Achamán</b>	Escuela donde se imparten clases de instrumentos de cuerda.	Escuela A.F. Achamán	No
De lunes a viernes de 17:00 a 21:00	<b>Juegos de mesa</b>	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	<b>Envite</b>	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	<b>Zumba</b>	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	No
Jueves de 17:00 a 19:30 h	<b>Clases de música</b>	Academia de música Achamán, clases con el profesor Ignacio Borrego	A.F. Achamán	No

### CENTRO CIUDADANO EL PILAR LAS TORRES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:30 a 18:30	<b>Clases de pintura</b>	Se imparten clases de Pintura	Amas de Casa	No
Lunes a viernes de 18:00 a 21:00 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Larpi	No
Jueves de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayo A.F. Parranderos y Punto</b>	Ensayo Agrupación Folklórica	A.F. Parranderos y Puntos	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### CENTRO CIUDADANO SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 20:30 a 22:00	<b>Ensayo A.F. Cuerpo de baile</b>	Ensayos del cuerpo de baile	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 22:00	<b>Ensayo A.F. parranda</b>	Ensayo de la parranda	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00	<b>Pilates</b>	Taller de Pilates. Se realizan un conjunto de movimientos y ejercicios controlados para mejorar problemas posturales, dolores... Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	No
Lunes, miércoles de 18:30 a 19:30 y viernes de 18:00 a 19:00 horas	<b>Gimnasia de mantenimiento</b>	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	No
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	<b>Escuela infantil Folklore</b>	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	<b>Escuela de Folklore Instrumental</b>	Escuela de folklore instrumental donde podrán aprender a tocar cualquier instrumento de cuerda. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 22:00 horas	<b>Taller de Baile de Salón</b>	Taller donde se aprenderán diversos pasos de los diferentes tipos de baile de salón. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Consejo de Centro	No
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	<b>Escuela Baile Iraya (Adultos)</b>	Clases de Baile Tradicional para futuro/as componentes. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Lunes a las 19:30 horas	<b>Taller de Canto - Virginia Guantanamera</b>	Talleres de canto e interpretación por Virginia Guantanamera	Concejalía Participación Ciudadana	Comisión Promotora

### CENTRO CIUDADANO SAN LÁZARO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 21:00 a 23:00 horas	<b>Ensayo cuerpo de baile</b>	Ensayo del cuerpo de baile de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	No
Jueves de 21:00 a 23:00 horas	<b>Ensayo parranda</b>	Ensayo de la parranda de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	No
Martes de 17:30 a 18:30 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Se reunirá el colectivo para jugar a diferentes juegos de mesa.	Asociación de Mayores Parque de San Lázaro	Colectivos del centro

### CENTRO CIUDADANO CAMINO TORNERO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 9:00 a 10:00 h y los viernes de 10:00 a 11:00 h	<b>Clases Yoga</b>	Clases dirigidas de yoga	Asociación de Mujeres Atalaya del Camino Tornero	No

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



## CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 4 de julio a las 18:00 horas	<b>Presentación "20 Libros" de Julio Torres</b>	Acto de presentación de la donación de las obras de Julio Torres que abordan cuestiones relacionadas con la historia, costumbres y tradiciones del municipio de San Cristóbal de La Laguna y, más en concreto, del término de Bajamar.	Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 22:00 horas	<b>Ensayos de baile de la Agrupación Folklórica Isogue</b>	Ensayos de baile la parranda de la Agrupación Folklórica donde los alumnos pueden aprender a bailar diferentes modalidades de baile folklórico	A.F. Isogue	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	<b>Zumbayor</b>	Disciplina fitness que se enfoca en el mantenimiento de un cuerpo saludable y el desarrollo de la flexibilidad y resistencia del cuerpo. Se trata de ejercicios que se inspiran en movimientos y pasos de los bailes latinos como la salsa, el merengue o la bachata. Para más información contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 672 713 071	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	<b>Bailes de Swing</b>	El swing es un conjunto de bailes que se desarrollaron con el estilo "swing" del jazz y que agrupa modalidades como "lindy hop", "balboa" o "boogie woogie". En estos bailes conectas con el suelo, con la pareja de baile y con la música. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Sociocultural La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	<b>Gimnasia de mantenimiento</b>	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 contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 666 336 172	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes, de 16:00 a 17:00 horas	<b>Cardio Boxing</b>	Actividad que mezcla boxeo y aerobio. Nace con la finalidad de aportar un valor añadido a la gimnasia aeróbica y mejorar los beneficios de su práctica, como el aumento de la energía, el fortalecimiento del corazón y la reducción/control del peso corporal. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación de Vecinos Gran Poder	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Tertulia Literaria</b>	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.	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas	<b>Taller de Canto impartido por la cantante Virginia Guantanamera</b>	Clases de canto, técnicas vocales, entonación de la voz a cargo de la profesora Virginia Guantanamera. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Concejalía de Participación Ciudadana del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Los segundos y últimos miércoles del mes de 11:00 a 12:30 horas	<b>Encuentro de mujeres</b>	Actividad en la cual se reúnen mujeres para abordar temas relacionados con las vivencias de las mismas. Se lleva a cabo de manera quincenal.	Asociación Sociocultural La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Yoga</b>	Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud en general. Ayuda a reducir el estrés. Para más información contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 639423931	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Todos los martes de 10:00 a 11:30 horas	<b>Taller de rehabilitación funcional</b>	En las masterclass de rehabilitación funcional kundalini podrás aprender a aliviar tus dolores crónicos y tratar la rigidez de las lumbares y cadera a través de la combinación de ejercicios de kundalini yoga y técnicas tradicionales de medicina china. Para inscribirse deberán contactar a través de whatsapp en el siguiente número de teléfono 620393470	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
---	---	--	---	-------------------

## CENTRO CIUDADANO LA CANDELARIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves de 18:00 a 20:00 horas	<b>Bingo</b>	Encuentro de entretenimiento de las usuarias, promovido por la Asociación de la 3ª Edad La Candelaria-San Román, que tiene lugar todos los jueves para jugar al bingo, sociabilizar y divertirse.	Asociación de la 3ª Edad la Candelaria-San Román	Comisión Promotora
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	<b>Ensayos Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"</b>	Ensayos del Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras". Para participar acudir al centro en el horario de la actividad.	Grupo "Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Comisión Promotora
Miércoles de 16:00 a 17:00 horas	<b>Yoga</b>	A través del Área Bienestar Social del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna se ofrece a los mayores de 60 años empadronados en el municipio sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora
Lunes de 16:30 a 17:30 horas	<b>Pintura</b>	A través del Área Bienestar Social del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna se ofrece a los mayores de 60 años empadronados en el municipio la actividad de Pintura. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora
Jueves de 16:00 a 17:30 horas	<b>Gimnasia-Estimulación Cognitiva</b>	A través del Área Bienestar Social del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna se ofrece a los mayores de 60 años empadronados en el municipio esta actividad 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. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora
Todos los martes y jueves de 16:00 a 20:00 horas	<b>Espacio Biblioteca Comunitaria</b>	Espacio de intercambio de libros que tiene como objetivo fomentar los hábitos de lectura entre los usuarios y personas que acudan al Centro Ciudadano La Candelaria. Para participar tienen que acudir al centro, seleccionar uno de los libros expuestos e intercambiarlo por otro	Comisión Promotora	Comisión Promotora
Todos los martes de 17:00 a 19:00 horas	<b>Sesiones de costura</b>	Encuentro de miembros de la Asociación de la 3ª Edad La Candelaria-San Román para realizar sesiones de costura y elaborar sus propias prendas en un entorno lúdico y de sociabilización	Asociación de la 3ª Edad la Candelaria-San Román	Comisión Promotora
Todos los martes de 18:45 a 20:00 horas	<b>Metafísica</b>	La metafísica es la rama de la filosofía que estudia la estructura, componentes y principios fundamentales de la realidad. En estos encuentros aprenderás a percibir e interpretar la realidad desde un punto de vista alternativo. Para más información contactar en 645447463	Asociación de la 3ª Edad la Candelaria-San Román	Comisión Promotora

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Todos los martes y jueves de 18:30 a 20:00 horas	<b>Zumba</b>	El zumba es una disciplina fitness creada a mediados de los años 1990 y enfocada a mantener un cuerpo saludable y a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad mediante movimientos de baile combinados con una serie de rutinas aeróbicas. Para más información contactar con el monitor Francisco Morales en el 640 712 212	Asociación Juvenil Lo Damos Todo Por el Barrio	Comisión Promotora
--	--------------	---	--	--------------------

## CENTRO CIUDADANO GUAJARA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Todos los martes de 10:00 a 12:00 t de 16:00 a 18:00 horas.	<b>La Ruta de las Mujeres</b>	Taller teatral dónde tú darás forma a tu propia historia dentro de un relato colectivo, que necesita ser congado con voz femenina. Plazas limitadas. Inscripción a través del contacto 648188167 (Isabel Díaz)	Asociación Casa Creciente	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas	<b>Asesoramiento Víctimas de Accidentes de Tráfico</b>	Espacio en el que víctimas de accidentes de tráfico podrán contar con la información y asesoramiento jurídico y psicológico, además de seguimiento individualizado. Información a través de página web <a href="http://www.canariasvital.com">www.canariasvital.com</a>	Canarias Vital	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:30 a 19:30 horas	<b>Viajes Culturales</b>	La Asociación de Club de Viajeros Canarios organiza viajes con contenido cultural, actualmente están planificando una aventura a Italia del 17 al 24 de septiembre 2025. Para más información contactar con la asociación a través del 622731819 o su página <a href="http://www.clubviajerocanario.com">www.clubviajerocanario.com</a>	Asociación Cultural Viajeros Canarios	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	<b>Clases de Piloterapia</b>	Actividad física de Pilates. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Pilaterapia	Consejo de Centro
Lunes 18:30 a 20:30	<b>Clases de Chi kung</b>	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 18:00 a 19:00 horas.	<b>Movimiento creativo y baile</b>	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: <a href="mailto:lacasacreciente@gmail.com">lacasacreciente@gmail.com</a>	Asoc. Casa Creciente	Cosejo de Centro
Martes de 19:00a 20:00 horas.	<b>Tango Argentino</b>	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: <a href="mailto:lacasacreciente@gmail.com">lacasacreciente@gmail.com</a> o 648188167	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
jueves de 18:30 a 20:30 horas	<b>Clases de Wing Tzun</b>	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

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes de 19:30 a 20:30 horas	<b>Iniciación al Tango</b>	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: <a href="mailto:lacasacrecente@gmail.com">lacasacrecente@gmail.com</a>	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Primer sábado del mes de 19:00 a 23:00 horas	<b>Baile Social</b>	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

### CENTRO CIUDADANO BARRIO NUEVO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00	<b>Manualidades</b>	Actividades de manualidades	Asociación Nuestra Señora de Fátima	Consejo de centro
Martes y jueves de 9:30 a 10:30 horas.	<b>Taichí</b>	A través del OAD se imparten clases de Taichí, para más información: <a href="https://deportelagunero.com">https://deportelagunero.com</a>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO EL CENTENERO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 19:00 a 22:00 horas	<b>Ensayos A.F. Verode</b>	Ensayos instrumental A.F. Verode	A.F. Verode	Comisión Promotora

### CENTRO CIUDADANO EL COROMOTO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 11 de julio a las 18:00 horas	<b>Presentación "20 Libros" de Julio Torres</b>	Acto de presentación de la donación de las obras de Julio Torres que abordan cuestiones relacionadas con la historia, costumbres y tradiciones del municipio de San Cristóbal de La Laguna y, más en concreto, del término de Bajamar.	Concejalía de Participación Ciudadana	No
Lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	<b>Yoga</b>	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	No
De lunes a viernes de 16:00 a 18:00 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. El Coromoto	No
Lunes, miércoles y viernes, de 17:00 a 18:15 horas	<b>Taekwondo</b>	Se imparten clases de Taekwondo destinadas a niños/as y jóvenes. Inscripción previa 686062818.	A.VV. El Coromoto	No
Martes y miércoles de 20:00 a 21:30 horas	<b>Baile Canario</b>	Se imparten clases de Baile Canario para todas aquellas personas que deseen participar. Inscripción previa 634584065.	A.VV. El Coromoto	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	<b>Mantenimiento Funcional</b>	Se llevarán a cabo tablas de ejercicios para el mantenimiento y tonificación del cuerpo. Inscripción previa 655273799.	A.VV. El Coromoto	No
Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas	<b>Pilates Suelo</b>	Se llevarán a cabo ejercicios de estiramientos y técnicas de Pilates . Inscripción previa 636156137.	A.VV El Coromoto	No

### CENTRO CIUDADANO LA VERDELLADA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 16:00 a 20:00 horas	<b>Atención Ciudadana</b>	La A.VV. Los Verdeños presta atención ciudadana a la ciudadanía con cita previa.	A.VV. Los Verdeños	Comisión Promotora
Miércoles de 17:00 a 18:00	<b>Clases de Canto</b>	Se imparten clases de cantos para todas aquellas personas que deseen participar.	Asoc. Juvenil AJUVE	Comisión Promotora
Martes de 20:30 a 22:00 horas y jueves de 20:00 a 22:00 horas	<b>Entrenamiento Funcional</b>	Se imparten clases de entrenamiento funcional	A.VV. Los Verdeños	Comisión Promotora

### CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL I

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes 1 de julio a las 16:30 horas.	<b>Charla de la Policía Nacional</b>	La Policía Nacional impartirá una charla de seguridad al colectivo de la 3ª Edad para que sepan prevenir estafas y peligros difíciles de detectar.	Área de Bienestar Social	Asociación de Mayores Santa Ana y San Joaquín
Viernes 18 de julio a las 18:00 horas	<b>Charla "El Origen de las Romerías en Canarias y Presentación "20 Libros" de Julio Torres</b>	Charla y presentación de libros (20 minutos aproximadamente) y mesa redonda con ruegos y preguntas	Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL II

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a viernes de 16:00 a 21:00 horas	<b>Juegos de mesa</b>	Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. La Milagrosa	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes de 18:00 a 21:00 horas	<b>Karate y Gimnasia de Mantenimiento</b>	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 horas.	<b>Ensayo</b>	Ensayos de la Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere.	Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere	No

# CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



## CENTRO CIUDADANO LOS BALDÍOS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 17:00 a 18:00 horas	<b>Mantenimiento</b>	Actividad encaminada a lograr un acondicionamiento físico general, en el que se trabajarán elementos de coordinación y en la que se trabajarán ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico normalmente de bajo impacto (sin saltos) o de nivel moderado y ejercicios en los que se combinarán movimientos de piernas y brazos con desplazamientos.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:30 horas	<b>Taller Bailes Latinoís</b>	Actividad de bailes latinos de diferentes ritmos y técnicas coreográficas.	Asociación de Vecinos Tabajoste	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00	<b>Cestería</b>	Actividad basada en arte que se basa en el entrelazado de materiales flexibles como mimbre, cañas o, en este caso, cables de PVC, para formar objetos con distintos fines, desde piezas decorativas hasta muebles.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 19:30 horas	<b>Zumba</b>	Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Bailoterapia</b>	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	<b>Yoga</b>	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	<b>Clases Iniciación Informática</b>	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	<b>Clases Indumentaria Canaria</b>	Taller para diseñar y elaborar tejido de indumentaria canaria.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro

## CENTRO CIUDADANO LA PITERITA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a jueves de 15:30 a 19:00	<b>Clases de acordeón</b>	Clases de acordeón	AA.VV Bentejuí	Consejo de centro
Jueves de 19:30 a 21:30	<b>Clases de canto</b>	Clases de canto con Virginia Guantanamera	Participación Ciudadana	Consejo de centro

## CENTRO CIUDADANO VILLA HILARIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:30 a 20:30 horas	<b>Taller de Vocalización</b>	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
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	<b>Clases de Apoyo de Primaria</b>	Clases de apoyo de diversas materias para la etapa de primaria de 6-12 años, ayuda con tareas y práctica de ejercicios. Para más información, pueden ponerse en contacto al siguiente correo electrónico:avlosdragos@hotmail.es	A.VV. Los Dragos de Villa Hilaria	Consejo de Centro

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	<b>Clases de Apoyo de Secundaria</b>	Clases de apoyo para la etapa de Secundaria, a partir de 12 años, para grupos reducidos. Para más información, pueden ponerse en contacto al siguiente correo electrónico: <a href="mailto:avlosdragos@hotmail.es">avlosdragos@hotmail.es</a>	A.VV. Los Dragos de Villa Hilaria	Consejo de Centro
Viernes de 18:00.19:00 horas.	<b>Digitalización para Mayores</b>	Talleres de digitalización y manejo de dispositivos para gestiones básicas. Se adaptará a las demandas particulares de los/as usuarios/as, partiendo de las necesidades de los mismos. Para más información, pueden ponerse en contacto al siguiente correo electrónico: <a href="mailto:avlosdragos@hotmail.es">avlosdragos@hotmail.es</a>	A.VV. Los Dragos de Villa Hilaria	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO PRINCESA IBALLA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 2 de julio a las 17:30 horas	<b>Charla de la Policía Nacional</b>	La Policía Nacional impartirá una charla de seguridad al colectivo de la 3ª Edad para que sepan prevenir estafas y peligros difíciles de detectar.	Área de Bienestar Social	Asociación de Mayores La Fortaleza
Primer miércoles de cada mes de 10:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 20:00 horas.	<b>Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano</b>	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
Miércoles y viernes de 9:00 a 10:30 horas	<b>Pilates Suelo</b>	<u>A través del OAD se imparten clases de Pilates Suelo, para más información: <a href="https://deportelagunero.com">https://deportelagunero.com</a></u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 y jueves de 18:00 a 20:00	<b>Clases de guitarra</b>	La agrupación realiza ensayos semanalmente además de clases de guitarra con un profesor de cuerdas.	A.F Yballa	No
Lunes y miércoles de 17:45 a 19:45 horas	<b>Ludoteca infantil</b>	Actividades lúdicas y de apoyo escolar .	Asoc. Cultural Koala Land	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:00 a 20:00 horas	<b>Clases de Astronomía Náutica</b>	Asesoramiento y clases de apoyo, la aplicación de la trigonometría esférica al problema de determinar la latitud y longitud en el mar mediante observaciones de los cuerpos celestes; así como también los errores de la brújula .	AVV Unión Princesa Yballa	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 y miércoles de 16:00 a 18:00	<b>Clases de Patchwork</b>	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
Lunes de 8:30 a 9:30 horas	<b>Zumba</b>	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Asoc. Mayores la Fortaleza	Consejo de Centro

### CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles y viernes de 16:00 a 19:30 horas	<b>Ensayos A.F. Tajinaste</b>	Ensayos semanales de la A.F. Tajinaste	A.F Tajinaste	A.F. Tajinaste

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### CENTRO CIUDADANO LAS MANTECAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:30 a 18:30 horas	<b>Taller de Canto Virginia Guantanamera</b>	Se imparten clases de canto y técnicas vocales por Virginia Guantanamera, talleres gratuitos que se realizan todo el año y que culminan con un concierto final dónde se expresa todo lo aprendido durante el curso.	Participación Ciudadana	No
Jueves de 17:00 a 21:00 horas	<b>Maquetismo y modelismo</b>	Elaboración de maquetas y trabajos artesanales.	Asociación de Maquetistas de Tenerife	No
Lunes y miércoles de 19:30 a 21:00 y de 21:00 a 23:00 horas.	<b>Ensayos de cuerpo de baile y agrupación</b>	Se realizan ensayos habitualmente de la agrupación, el cuerpo de baile e instrumentación y canto.	Agrupación Folclórica Los Majuelos	No
Martes y jueves de 20:30 a 22:00 horas.	<b>Ensayos</b>	LA rondalla realiza ensayos dos veces por semana en el centro.	Rondalla Lírica las Valkirias	No
Miércoles de 20:00 a 21:00 horas.	<b>Talleres de Canto</b>	Se imparten clases de canto por parte de la A.F Los Majuelos.	A.F Los Majuelos	No

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



## HORARIOS DE LOS CENTROS CIUDADANOS – JUNIO DE 2025

### 1. C.C. SAN JERÓNIMO

Teléfono: 922626408

Correo electrónico: [ccsanjeronimo@gmail.com](mailto:ccsanjeronimo@gmail.com)

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

Modificación mes de julio lunes y miércoles de 7:00 a 22:00 horas; martes, jueves y viernes de 7:00 a 21:00 horas.

Del 23 de junio al 31 de julio se realizará el campamento de la Asociación INNAE de lunes a viernes de 07:00 a 16:00 horas.

### 2. C.C. PÉREZ SOTO

Teléfono: 922617527

Correo electrónico: [ccperezsotocardonal@gmail.com](mailto:ccperezsotocardonal@gmail.com)

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

Del 1 al 31 de julio se realizará el campamento de la Asociación K-House de lunes a viernes de 9:00 a 15:00 horas

### 3. C.C. SAN MATÍAS II

Teléfono: 922624276

Correo electrónico: [ccsanmatias@gmail.com](mailto:ccsanmatias@gmail.com)

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

Del 7 de julio al 1 de agosto se realizará el campamento de la Asociación Baha'i de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 horas.

### 4. C.C. TEJINA

Teléfono: 922546842

Correo electrónico: [cctejina@gmail.com](mailto:cctejina@gmail.com)

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

### 5. C.C. VALLE DE GUERRA

Teléfono: 922159983

Correo electrónico: [ccvalleguerra@gmail.com](mailto:ccvalleguerra@gmail.com)

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

### 6. C.C. PUNTA DEL HIDALGO

Teléfono: 922156509

Correo electrónico: [ccpuntahidalgo@gmail.com](mailto:ccpuntahidalgo@gmail.com)

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

El día 28 de julio el horario será de 8:00 a 15:30 horas.

### 7. C.C. LAS CHUMBERAS

Teléfono: 922823316

Correo electrónico: [cclaschumberas@gmail.com](mailto:cclaschumberas@gmail.com)

Horario: De lunes a jueves de 15:30 a 21:30 horas. Los viernes de 9:00 a 15:00 horas.

### 8. C.C. SAN MIGUEL DE GENETO

Teléfono: 822179127

Correo electrónico: [ccsanmigueldegeneto@gmail.com](mailto:ccsanmigueldegeneto@gmail.com)

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

### 9. C.C. VISTAMAR

Teléfono: 922663320

Correo electrónico: [ccvistamar@gmail.com](mailto:ccvistamar@gmail.com)

Horario de lunes a viernes de 15.00 a 21.00 horas.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### 10. C.C. GRACIA

Teléfono: 922260381

Correo electrónico: ccgracia@gmail.com

Horario: Martes día 1 horario de 14:30 a 22:00 h. Del 2 al 31 de julio: Lunes de 15:00 a 22:00 horas, Martes de 8:00 a 15:30 horas, Miércoles de 14:30 a 22:00 horas, Jueves de 8:00 a 15:30 horas y Viernes de 8:00 a 15:30 horas.

### 11. C.C. SAN DIEGO

Teléfono: 922266669

Correo electrónico: cciudadanosandiego@gmail.com

Horario: Lunes: 16:00 a 22:00 horas. Martes: de 9:00 a 13:00 horas y de 16:00 a 22:00 horas. Miércoles: 16:00 a 22:00 horas. Jueves: de 9:00 a 13:00 horas y de 16:00 a 22:00 horas. Viernes: 9:00 a 14:15 horas.

### 12. C.C. LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

Teléfono: 922257454

Correo electrónico: cclasmadres@gmail.com

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

Horario de aperturas ordinarias de un sábado al mes: 19 de julio de 10:00 a 22:00 horas.

### 13. C.C. FINCA ESPAÑA

Teléfono: 922670967

Correo electrónico: ccfincaesp@gmail.com

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

### 14. C.C. SALUD ALTO- EL ROCÍO

Teléfono: 922882796

Correo electrónico: ccelrocio@gmail.com

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

### 15. C.C. EL TRANVÍA

Teléfono: 922656544

Correo electrónico: cmeltranvia@gmail.com

Horario habitual: de lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas. Se solicita apertura extraordinaria:

**Viernes 11 de julio** ampliación de horario de 22:00 a 23:00 horas para la Celebración del Festival Folclórico "Día del Carmen" organizado por la A. F. Ariferint.

**Jueves 17 de julio** ampliación de horario de 22:00 a 2:00 horas para la Gala de Elección de La Reina de las Fiestas organizada por la Comisión de Fiestas La Paz y Unión.

**Viernes 18 de julio** ampliación de horario de 22:00 a 2:00 horas para la Gala de Drag Queen de las Fiestas organizada por la Comisión de Fiestas La Paz y Unión.

**Domingo 20 de julio** apertura extra de 15:00 a 00:00 horas para la celebración del Festival de Habaneras Ciudad de La Laguna y III Certamen de Habaneras organizado por la Comisión de Fiestas La Paz y Unión y la Asociación Cultural Cueva de Unicornios.

## CENTROS CIUDADANOS SIN PERSONAL PERMANENTE

### 16. C.C. LAS MERCEDES

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

### 17. C.C. SAN LUIS GONZAGA

Abren los días con actividad programada.

### 18. C.C. JARDINA

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

### 19. C.C. LAS CARBONERAS

Abren los días con actividad programada.

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### 20. C.C. 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.

### 21. C.C. VALLE JIMÉNEZ

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

### 22. C.C. BRONCO - LOMO LARGO

Abren los días con actividad programada.

### 23. C.C. LOS ANDENES

Abren los días con actividad programada.

### 24. C.C. PILAR - LAS TORRES

Lunes, jueves y viernes: de 17:00 a 22:00

Martes y miércoles: de 17:00 a 22:00

Martes y viernes: de 11:00 a 12:00

Jueves: de 10:00 a 12:00

Sábados: dependerá de las actividades programadas

### 25. C.C. SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

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

### 26. C.C. EL BATÁN

Abren los días con actividad programada.

### 27. C.C. SAN LÁZARO

Abren los días con actividad programada.

### 28. C.C. CAMINO TORNERO

Abren los días con actividad programada.

### 29. ESPACIO POLIVALENTE LAS CANTERAS

Abren los días con actividad programada.

### 30. C.C. 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.

### 31. C.C. GUAJARA

Abre los días con actividad programada.

### 32. C.C. EL ORTIGAL I

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

### 33. C.C. EL ORTIGAL II

Abren los días con actividad programada.

### 34. C.C. CRUZ CHICA

Abren los días con actividad programada.

### 35. C.C. EL COROMOTO

Abren de lunes a viernes con las actividades programadas.

### 36. C.C. LOS BALDÍOS

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

## CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – JULIO 2025

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



### 37. C.C. EL CENTENERO

Cierre todo el mes de julio.

### 38. C.C. SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

Abren los días con actividad programada.

### 39. C.C. LAS MANTECAS

Abren los días con actividad programada.

### 40. C.C. PRINCESA YBALLA

Horario: De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 20:30 horas.

### 41. C.C. LA CANDELARIA

Teléfono: 922 647 896

Correo electrónico: [cbarriolacandelaria@gmail.com](mailto: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.

### 42. C.C. VILLA HILARIA

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

### 43. C.C. LA PITERITA

Lunes, martes, jueves y viernes de 9:00 a 12:30 y de 17:00 a 20:00 horas.

Miércoles de 17:00 a 20:00 horas.

### 44. C.C. LA VERDELLADA

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

### 45. C.C. SAN ROQUE

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

### 46. C.C. BARRIO NUEVO

Abren los días con actividad programada.