

INFORMACIÓN GENERAL

LUGAR Y PLAZO DE MATRICULACIÓN

Las matrículas podrán realizarse desde el día **6 al 16 de febrero**, hasta completar las plazas previstas para cada módulo.

Los impresos se cumplimentarán en la Universidad Popular (Centro Juventud), situada en C/ Ramón y Cajal 21, de lunes a viernes en horario de tarde.

PAGO DE LA MATRÍCULA

Se efectuará en cualquiera de las cuentas que el Ayuntamiento de San Carlos del Valle tiene abiertas en Unicaja, Globalcaja o Caja Rural de Castilla La Mancha. La instancia de matriculación tendrá objeto de reserva en tanto no se realice el pago en dicha entidad bancaria.

No se podrá asistir al curso sin previo pago de la matrícula. La matriculación se hará efectiva en el momento de entrega del recibo bancario en la oficina de la Universidad Popular.

DEVOLUCIÓN DEL IMPORTE DE LA MATRÍCULA

Procederá la devolución cuando un curso no registre el mínimo de inscripciones, y por tanto quede anulado, o cuando por fecha de inscripción y debido al número de matrículas quede excluido del curso.

PARTICIPANTES

Salvo que se especifique de manera concreta, los cursos de la U.P van destinados a personas mayores de 14 años.

Universidad Popular San Carlos del Valle
C/ Ramón y Cajal, 21
Teléfono: 926 630350
Email: upsancarlos@yahoo.es



Universidad Popular San Carlos del Valle Curso 2017-2018 Segundo Cuatrimestre



FORMACIÓN

Memoria y estimulación cognitiva

Monitor: Sara Molina Vélez

Módulo: 25 personas **Precio:** Gratuito

Días y horario: lunes y miércoles de 10:30h - 12h

Lugar y fecha inicio: Residencia "La Casa Grande", 19 de febrero.

Objetivos:

- Mejorar el sentimiento de bienestar emocional, psicológico y de salud.
- Mantener las capacidades mentales.
- Incrementar la capacidad funcional y el desempeño de las tareas cotidianas.
- Aumentar la independencia y autonomía personal.



Cocina

Monitor: Andrés Bellón Jiménez

Módulo: 12 personas por grupo **Precio:** 24€

Días y horario: Grupo I Lunes 19:30h - 22h

Grupo II Jueves 17h - 19:30h

Lugar y fecha inicio: Aula de Cocina, 19 de febrero.

Descripción: Cocina nacional, cocina internacional, cocina creativa, elaboración de distintos tipos de pan, pintxos, tapas, tartas, dulces....

Guitarra, laúd y bandurria

Monitor: Alejandro Torres Cantón

Precio: Por determinar

Días y horario: Jueves. Horario por determinar

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 22 de febrero.

Descripción: El objetivo principal del curso es adquirir las bases teóricas y prácticas en formación musical (solfeo) y en los instrumentos de guitarra, bandurria o laúd.

El curso está destinado para principiantes y también para cualquier persona con experiencia en el manejo de tales instrumentos.



Musical fin de curso: Mecano

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Días y horario: sábados 18:15 h - 19:15 h **Módulo:** 30 personas

Precio: Gratuito

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 24 de febrero

Descripción: ¿quieres participar en el musical fin de curso

homenaje al grupo musical de los años 80, Mecano? Forma parte del musical y desarrolla tu creatividad y talento.

¡¡Anímate y participa!!



EXPRESIÓN CORPORAL Y ARTES ESCÉNICAS

Aerobic I

Monitor: Catalina Manzanares Rodríguez

Módulo: 30 personas **Precio:** 24€

Días y horario: martes y viernes, 16h - 17h
miércoles, 17:30h - 18:30h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 20 de febrero

Descripción y objetivos del curso:

- Trabaja la fuerza, flexibilidad, resistencia y coordinación a través de coreografías de diversos tipos.
- Fortalece el músculo del corazón y nos aumenta la capacidad de consumo de oxígeno.

Aerobic II

Monitor: Catalina Manzanares Rodríguez

Módulo: 30 personas **Precio:** 24€

Días y horario: lunes, miércoles y jueves, 20:30h- 21:30h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 19 de febrero

Descripción y objetivos del curso:

- Trabaja la fuerza, flexibilidad, resistencia y coordinación a través de coreografías de diversos tipos.
- Fortalece el músculo del corazón y nos aumenta la capacidad de consumo de oxígeno.



Dibujo y Pintura

Monitor: Esther Toledo Santiago

Módulo: 12 personas **Precio:** 24 €

Días y horario: viernes de 19:00h - 21:30h

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 23 de febrero.

Descripción: El alumno conocerá los diferentes materiales y las técnicas de trabajo como el lápiz, carboncillo, pastel, acuarela, tinta, tempera, técnicas mixtas, técnica de óleo.

Las clases están dirigidas tanto a personas que se inician en el dibujo, como a personas con un nivel avanzado. La enseñanza y metodología son absolutamente personalizadas, se adaptan al alumno, a sus conocimientos y objetivos, ayudándole a desarrollarse según sus intereses.

Pintura

Monitor: Ramona Romero de Ávila Bueno

Módulo: 12 personas **Precio:** 24€

Días y horario: lunes de 17:00h - 19:30h

Lugar y fecha de inicio: Aula de dibujo, 19 de febrero.

Descripción: El alumno conocerá la técnica de óleo.

Las clases están dirigidas tanto a personas que se inician en el dibujo, como a personas con un nivel avanzado. La enseñanza y metodología son absolutamente personalizadas, se adaptan al alumno, a sus conocimientos y objetivos, ayudándole a desarrollarse según sus intereses.

CURSOS BREVES

Gimnasia Mantenimiento (+50 años)

Monitor: Pablo Serrano Fernández **Módulo:** 25 personas

Precio: 10 €

Días y horario: miércoles 16:25h - 17:25h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 21 de febrero

Descripción: El objetivo principal del curso es el bienestar del alumna/o. Se realizarán diferentes ejercicios físicos, amenizados con música. Dinámicas de grupo divertidas y gimnasia adaptada a todas las edades.

Modelado en arcilla y pasta de porcelana

Monitor: Lucia Bautista - Cerro Herrera

Días y horario: 2,9, 16 y 23 de marzo

Precio: 14 €

Lugar de inicio: C. Juventud.

Descripción y objetivos: Aprender a modelar y a utilizar distintas pastas para la realización de diferentes objetos: muñecas, jarrones, portavelas, figuras, cuadros....



Iniciación a solfeo e instrumento Viento -Metal

Monitor: Cosme Alfaro Gómez

Módulo: 20 personas

Precio: Por determinar

Días y horario: sábados 16:30h -21:00h.

Descripción: El objetivo principal del curso es adquirir las bases teóricas y prácticas en formación musical (solfeo) y en los instrumentos de viento - metal.



Ofimática. Internet y Redes Sociales

Monitor: Felicia Plata Álvarez

Módulo: 12 personas **Precio:** 20 €

Días y horario:

Grupo I. martes y jueves 11h - 12:30h

Grupo II. martes y jueves 18:30h - 20h

Lugar y fecha inicio: Centro de Juventud, 20 de febrero.

Descripción:

Módulo I. Buscadores de Internet. Correo electrónico. Crea tu propio blog y pagina web. Protege tus datos por Internet. Compras y reservas on line seguras.

Módulo II. Redes Sociales (facebook, twitter, instagram...). Sácale partido a Youtube.

Módulo III. Tu Currículum en Internet

Módulo IV. Word, Excel, Access



ARTE Y MANUALIDADES

Corte y confección

Monitor: Pilar Maroto Morales

Módulo: 16 personas **Precio:** 24 €

Días y horario: martes y viernes de 16h - 18h

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 20 de febrero.

Descripción: Iniciación a la costura. Patronaje. Confección de prendas de vestir.

Manualidades

Monitor: Lucia Bautista-Cerro Herrera

Módulo: 16 personas **Precio:** 24 €

Días y horario: martes y jueves de 16h - 18h

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 20 de febrero.

Descripción: Cuadros con textura, estaño, estampación en tela, pasta de modelar, falsa vidriera, relieve en cristal,....

Dibujo y Pintura niños (6-13 años)

Monitor: Esther Toledo Santiago

Módulo: 15 personas **Precio:** 16 €

Días y horario: viernes, 1h 30m por grupo

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 23 de febrero

Descripción: Los chicos conocerán los diferentes materiales y las técnicas de trabajo como el lápiz, carboncillo, acuarela, tempera, técnicas mixtas...

Bailes (a partir de 5 años)

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Módulo: 30 personas **Precio:** 20 €

Días y horario:

Grandes: miércoles 16:30h - 17:30h / viernes 15:30h - 16:30h

Pequeños: miércoles 17:30-18:30h / viernes 16:30h - 17:30h

Lugar y fecha de inicio: 21 de febrero. C. de Juventud

Descripción: Rumba, pasodoble, sevillanas, dance, pop...

Bailes de Salón

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Módulo: 30 personas **Precio:** 20 €

Días y horario: viernes 22h -23h y domingos 19h-20h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 21 de febrero.

Descripción: Rumba, chachachá, mambo, pasodoble, samba, tango...



Bailes latinos

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Módulo: 30 personas **Precio:** 20 €

Días y horario: viernes de 19h - 20h

sábados de 17h - 18h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 23 de febrero

Descripción: Aprende y diviértete bailando, chachachá, bachata, merengue, salsa...

Pádel I (Mañanas)

Monitor: Juliana Serrano López
Módulo: 8 personas. 2 grupos de 4 personas **Precio:** 50 €
Días y horario: martes y jueves.
1er grupo a partir de las 10 h
Lugar y fecha de inicio: Pista de Pádel Municipal, 20 de febrero

Pádel II (Tardes)

Monitor: Felipe Rodríguez
Módulo: 12 personas. 3 grupos de 4 personas. **Precio:** 50 €
Días y horario: lunes y miércoles. 1er grupo a partir de las 19h
Lugar y fecha de inicio: Pista de Pádel Municipal, 19 de febrero

Padel (Niños)

Monitor: Felipe Rodríguez
Módulo: 12 personas. 3 grupos de 4 personas. **Precio:** 40 €
Días y horario: lunes y miércoles. 1er grupo a partir de las 16h
Lugar y fecha de inicio: Pista de Pádel Municipal, 19 de febrero

Pilates I

Monitor: José Antonio García - Abadillo Ángel -Moreno
Módulo: 25 personas **Precio:** 20€
Días y horario: lunes y miércoles, 09:30h - 10:30h
Lugar y fecha de inicio: C. Social, 19 de febrero
Descripción y objetivos: Gracias al Pilates se obtiene una mayor flexibilidad, destreza, agilidad y coordinación de los movimientos. Mejora el sistema sanguíneo y linfático, reducción del nivel de estrés y ayuda a obtener una figura más estilizada.

Pilates II

Monitor: María Dolores Alhambra Martínez
Módulo: 25 personas **Precio:** 20 €
Días y horario: martes y jueves, 18:30h - 19:30h
Lugar y fecha de inicio: C. Social, 20 de febrero
Descripción y objetivos: Gracias al Pilates se obtiene una mayor flexibilidad, destreza, agilidad y coordinación de los movimientos. Mejora el sistema sanguíneo y linfático, reducción del nivel de estrés y ayuda a obtener una figura más estilizada

Juegos en equipo. Iniciación a fútbol sala

Monitor: José Domingo Rodríguez Torres
Módulo: nacidos en los años 2009, 2010 y 2011 **Precio:** 20€
Días y horario: jueves de 17:00h -18:00h
Lugar y fecha de inicio: Pistas polideportivas, 22 de febrero
Descripción y objetivos: Curso dirigido para la iniciación en el trabajo del juego en equipo a través de actividades lúdicas utilizando estrategias de cooperación y oposición aplicado al deporte colectivo del fútbol sala.