

INFORMACIÓN GENERAL

LUGAR Y PLAZO DE MATRICULACIÓN

Las matrículas podrán realizarse desde el día **13 al 22 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 abierta 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 DE SAN CARLOS DEL VALLE SEGUNDO CUATRIMESTRE CURSO 2016-2017



**Ayuntamiento de
San Carlos del Valle**

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 "Casa Grande", 1 de marzo.

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:** 21€

Días y horario: Grupo I Lunes 19:30h - 22h
Grupo II Jueves 17h - 19:30h

Lugar y fecha inicio: Aula de Cocina, 2 de marzo.

Descripción:

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

Musicoterapia para niños (5 -11 años)

Monitor: Sara Molina Vélez

Módulo: 20 niños **Precio:** 10€

Días y horario: 1,8, 15 y 22 de marzo de 17h - 18:30h

Lugar y fecha de inicio: Centro de Juventud, 1 de marzo

Descripción:

Hablar de **Musicoterapia para niños**, es hablar también de jugar, moverse, crear, inventar, fantasear entrando en el mundo imaginario del niño. Las melodías en musicoterapia ayudan a superar ciertas dificultades en la formación y aprendizaje de los niños, ayuda a estimular sus capacidades y son importantes para su propio desarrollo personal.



Taller de Dibujo y Pintura para niños (8 -13 años)

Monitor: Esther Toledo Santiago

Días y horario: viernes 17h- 18:30h

Módulo: 10 personas **Precio:** 14 €

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 3 de marzo

Descripción: Para participar en nuestro taller no es necesario saber dibujar, ¡a dibujar se aprende!

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

El dibujo ayuda a mejorar la motricidad. Los chicos se relajan aumentando su autoestima. Fomenta una personalidad creativa e inventiva, aprendiendo a apreciar el arte.



CURSOS BREVES

Talla y grabado sobre vidrio

Monitor: Lucía Bautista-Cerro Herrera

Módulo: 10 personas **Precio:** 16 €

Días y horario: Viernes del mes de marzo. 10:30 – 13h

Lugar y fecha de inicio: Centro Juventud, 3 de marzo



Velas perfumadas y saquitos aromáticos

Monitor: Lucía Bautista - Cerro Herrera

Módulo: 10 personas

Días y horario: 7, 21 y 28 de abril, 10:30h - 13h

Precio: 16 €

Lugar de inicio: Centro Juventud, 7 de abril.



Ofimática. Internet y Redes Sociales

Monitor: Felicia Plata Álvarez

Módulo: 12 personas **Precio:** 17€

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, 2 de marzo.

Descripción:

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

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

Modulo III. Tu Currículum en Internet

Módulo IV. Word, Excel, Access



Jornada de Historia, Arte y Patrimonio de San Carlos del Valle

Monitor: Elena Manzanares Romero-Nieva

Precio: Gratuito

Días y horario: miércoles 1 de marzo a las 16 h, Centro de la Juventud

Jueves 2 de marzo, a las 10h, Plaza Mayor

Descripción: Conoce la historia, el arte y el patrimonio de San Carlos del Valle en las jornadas llevadas a cabo por la responsable de la oficina de turismo de la localidad.



EXPRESIÓN CORPORAL Y ARTES ESCÉNICAS

Aerobic I

Monitor: Catalina Manzanares Rodríguez

Módulo: 30 personas **Precio:** 21€

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

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 1 de marzo

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.
- Las sesiones son divertidas y amenas. No es necesaria una preparación previa sino tener muchas ganas e ilusión.

Aerobic II

Monitor: Catalina Manzanares Rodríguez

Módulo: 30 personas **Precio:** 21€

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

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 1 de marzo

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.
- Las sesiones son divertidas y amenas. No es necesaria una preparación previa sino tener muchas ganas e ilusión.

Dibujo (Lápiz, carboncillo, tinta, pastel, acuarela, tempera, ..)

Monitor: Esther Toledo Santiago

Módulo: 12 personas **Precio:** 21€

Días y horario: Jueves 19h -21h

Lugar y fecha de inicio: Centro Juventud, 3 de marzo.

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.



Óleo

Monitor: Ramona Romero de Ávila

Módulo: 12 personas **Precio:** 21€

Días y horario: lunes 17h -19h

Lugar y fecha de inicio: Aula de pintura, 6 de marzo.

Descripción: Aprender y manejar la técnica del óleo. Usos y aplicaciones del óleo.



ARTE Y MANUALIDADES

Corte y confeccion

Monitor: Pilar Maroto Morales

Módulo: 16 personas **Precio:** 21 €

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

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 2 de marzo.



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

Manualidades

Monitor: Lucia Bautista-Cerro Herrera

Módulo: 16 personas **Precio:** 21 €

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

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 2 de marzo.

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



Pilates I

Monitor: José Antonio García - Abadillo Ángel -Moreno

Módulo: 25 personas **Precio:** 17€

Días y horario: lunes y miércoles, 09:30h - 10:30h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 1 de marzo

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 mas estilizada.

Pilates II

Monitor: Laura Rodríguez Barón

Modulo: 25 personas **Precio:** 17 €

Días y horario: lunes, 18h - 19h
viernes 18h - 19h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 3 de marzo

Descripción y objetivos:

- 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.

Padel I (Mañanas)

Monitor: Juliana Serrano López

Modulo: 8 personas. 2 grupos de 4 personas **Precio:** 40 €

Días y horario: martes y jueves. 1er grupo a partir de las 10 h

Lugar y fecha de inicio: Pista de Padel Municipal, 2 de marzo

Padel II (Tardes)

Monitor: Felipe Rodríguez

Modulo: 12 personas. 3 grupos de 4 personas. **Precio:** 40 €

Días y horario: lunes y miércoles. 1er grupo a partir de las 19h

Lugar y fecha de inicio: Pista de Padel Municipal, 1 de marzo

Padel (Niños)

Monitor: Felipe Rodríguez

Módulo: 12 personas. 3 grupos de 4 personas. **Precio:** 30 €

Días y horario: lunes y miércoles. 1er grupo a partir de las 16h

Lugar y fecha de inicio: Pista de Padel Municipal, 1 de marzo

Bailes (a partir de 5 años)

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Módulo: 30 personas **Precio:** 17€

Días y horario: viernes, horario de tarde y sábados, horario de mañana.

Lugar y fecha de inicio: C. Juventud, 3 de marzo.

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

Bailes de Salón

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Módulo: 30 personas **Precio:** 17€

Días y horario: sábados de 22h- 23h

domingos de 19h - 20h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 4 de marzo.

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

Bailes Latinos

Monitor: Alfonsa Vinuesa Plata

Módulo: 30 personas **Precio:** 17€

Días y horario: sábados de 21h - 22h

domingos de 18h - 19h

Lugar y fecha de inicio: C. Social, 4 de marzo

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