

LISTADO TALLERES Curso 2025/2026
**CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES “PINAR DEL REY”
C/ López de Hoyos, 329**
TALLERES ACTIVIDADES FÍSICAS (Se podrá elegir 1 actividad)

TALLERES ACTIVIDADES FÍSICAS	GRUPOS	HORARIOS
GIMNASIA * GIMNASIO C. ARENAL	GRUPO 1	LUNES Y MIÉRCOLES DE 09:00 A 10:00 H
GIMNASIA	GRUPO 2	LUNES Y MIÉRCOLES DE 09:00 A 10:00 H
	GRUPO 3	LUNES Y MIÉRCOLES DE 10:00 A 11:00 H
	GRUPO 4	LUNES Y MIÉRCOLES DE 11:00 A 12:00 H
PILATES	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES DE 09:00 A 10:00 H
PILATES *GIMNASIO C. ARENAL	GRUPO 2	MARTES Y JUEVES DE 13:00 A 14:00 H
YOGA	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00 H
TAICHI	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES DE 11:00 A 12:00 H
	GRUPO 2	MARTES Y JUEVES DE 12:00 A 13:00 H

TALLERES ACTIVIDADES CULTURALES (Se podrán elegir 3 actividades por orden de preferencia)

TALLERES CULTURALES	GRUPOS	HORARIOS
BAILES SALÓN EN LÍNEA	GRUPO 1	MARTES DE 13:00 A 14:00 H
	GRUPO 2	JUEVES DE 13:00 A 14:00 H
SMARTPHONE INICIACIÓN (Necesario disponer de Smartphone)	GRUPO 1	MARTES DE 9:30 A 11:00 H
	GRUPO 2	MARTES DE 11:00 A 12:30 H
	GRUPO 3	MARTES DE 12:30 A 14:00 H
INFORMÁTICA INICIACIÓN (EN CENTRO EL HENAR)	GRUPO 1	JUEVES DE 12:30 A 14:00 H
	GRUPO 2	JUEVES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 3	JUEVES DE 17:30 A 19:00 H
MANUALIDADES (EN CENTRO EL HENAR)	GRUPO1	JUEVES DE 12:00 A 13:30 H

*LOS TALLERES DE SMARTPHONE SE IMPARTEN EN LA SEDE DEL CENTRO **PINAR DEL REY**.

*LOS TALLERES DE INFORMÁTICA Y MANUALIDADES SE IMPARTEN EN EL CENTRO “EL HENAR” C/ ABIZANDA, 8 POSTERIOR.

**TALLERES SERVICIO DE TERAPIA OCUPACIONAL Y DE ANIMACIÓN SOCIOCULTURAL
(Se podrá elegir 1 servicio)**

SERVICIOS	GRUPOS	HORARIOS
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ (Memoria y Gerontogimnasia) Para Mayores de 75 años	GRUPO 1	LUNES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 2	MARTES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 3	MIÉRCOLES DE 16:00 A 17:30 H
ACTIVA TU MENTE Para Menores de 75 años	GRUPO 1	MIÉRCOLES DE 10:00 A 11:00 H
	GRUPO 2	MIÉRCOLES DE 16:00 A 17:00 H

Madrid a 22 de abril de 2025