

CENTRO DE MAYORES SAN FRANCISCO

TALLERES 2025-2026

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00/10:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	9:00/10:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	9:00/10:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	9:00/10:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	9:00/10:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA
10:00/11:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	10:00/11:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	10:00/11:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	10:00/11:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA	10:00/11:00H FISIOTERAPIA PREVENTIVA
10:00/11:00H MENTE ACTIVA G-1	10:30/12:00H BIENESTAR EMOCIONAL	10:00/11:00H HISTORIA UNIVERSAL	10:00/11:00H LITERATURA	09:30/10:30H MENTE ACTIVA G-7
10:30/13:45H ARTESANÍAS	11:30/14:00H HUERTO	10:00/11:30H DIBUJO Y PINTURA G-1	10:30/13:00H PINTURA EN TELA	10:00/11:00H INFORMÁTICA NIVEL USUARIO
11:00/12:00H MENTE ACTIVA G-2	11:30/12:30H GIMNASIA DE MANTENIMIENTO G-1	10:30/13:45H PATCHWORK	11:00/13:00H ARTES ESCÉNICAS	10:30/13:45H GANCHILLO
11:30/12:30H PILATES	12:30/13:30H GIMNASIA DE MANTENIMIENTO G-2	11:00/12:00H BAILES DE SALÓN	11:00/13:00H GUITARRA G-1	11:00/12:00H SMARTPHONE NIVEL INICIAL
12:00/13:00H MENTE ACTIVA G-3	17:00/18:00H MINDFULNESS	11:00/12:00H INGLÉS BÁSICO	11:30/12:30H GIMNASIA G-3	11:00/13:00H GUITARRA G-2
12:30/13:30H ZUMBA	17:00/19:00H CORAL	11:30/13:00H DIBUJO Y PINTURA G-2	12:30/13:30H GIMNASIA G-4	11:30/12:30H YOGA G-1
13:00/14:00H MENTE ACTIVA G-4		12:00/13:00H CONVERSACIÓN EN INGLÉS AVANZADO	16:00/17:00H TAICHÍ G-1	12:00/13:00H MANEJO DE SMARTPHONE NIVEL MEDIO
16:00/17:00H MENTE ACTIVA G-5		12:00/13:00H DEFENSA PERSONAL (Miércoles alternos)	16:00/18:00H SEVILLANAS AVANZADAS	12:30/13:30H YOGA G-2
16:00/17:00H GERONTOGIMNASIA		16:00/17:00H GERONTOGIMNASIA	17:00/18:00H TAICHÍ G-2	16:30/18:30H DANZA
16:30/19:00H TAPICES DE ALTO LIZO		16:30/19:00H TAPICES ALTO LIZO	18:00/19:00H CASTAÑUELAS	17:30/19:30H BAILE
17:00/18:00H MENTE ACTIVA G-6		16:30/18:00H SEVILLANAS INICIACIÓN II		

17:00/18:00H PONTE EN FORMA G-1		17:00/18:00H HISTORIA DEL ARTE		
17:00/18:30H GANCHILLO INICIACIÓN		17:00/18:00H PONTE EN FORMA G-2		

	TALLERES CULTURALES
	TALLERES DE ARTES ESCÉNICAS
	TALLERES TECNOLÓGICOS E INFORMÁTICOS
	TALLERES DEPORTIVOS
	TALLERES DE MANUALIDADES
	TALLERES PREVENTIVOS Y DE AUTOCUIDADO
	OTROS (talleres externos)