

**LISTADO TALLERES Curso 2025/2026**  
**CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES "BUCARAMANGA"**  
**Avda. Barranquilla, 1**

**TALLERES ACTIVIDADES FÍSICAS (Se podrá elegir 1 actividad)**

TALLERES ACTIVIDAD FÍSICA	GRUPOS	HORARIOS
<b>GIMNASIA</b>	1	MARTES Y JUEVES DE 09:00 A 10:00 H
	2	MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00 H
	3	MARTES Y JUEVES DE 11:00 A 12:00 H
	4	MARTES Y JUEVES DE 12:00 A 13:00 H
	5	MARTES Y JUEVES DE 13:00 A 14:00 H
<b>*GIMNASIA GIMNASIO C. ARENAL*</b>	6	LUNES Y MIÉRCOLES DE 13:00 A 14:00 H
<b>GIMNASIA</b>	7	LUNES Y MIÉRCOLES DE 16:00 A 17:00 H
	8	LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:00 A 18:00 H
	9	LUNES Y MIÉRCOLES DE 18:00 A 19:00 H
<b>PILATES</b>	1	LUNES Y MIÉRCOLES DE 09:00 A 10:00 H
<b>*PILATES GIMNASIO C. ARENAL*</b>	2	MARTES Y JUEVES DE 13:00 A 14:00 H
<b>YOGA</b>	1	LUNES Y MIÉRCOLES DE 10:00 A 11:00 H
<b>TAICHI</b>	1	MARTES Y JUEVES DE 18:00 A 19:00 H

\* GIMNASIA GRUPO 6, SE IMPARTE EN EL GIMNASIO DEL CENTRO DE SERVICIOS SOCIALES CONCEPCIÓN ARENAL, C/ JAVIER DEL QUINTO, 12

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

TALLERES CULTURALES	GRUPOS	HORARIOS
<b>SMARTPHONE INICIACIÓN</b> (Necesario disponer de Smartphone)	GRUPO 1	MARTES DE 09:30 A 11:00 H
	GRUPO 2	MARTES DE 11:00 A 12:30 H
	GRUPO 3	MARTES DE 12:30 A 14:00 H
	GRUPO 4	MARTES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 5	MARTES DE 17:30 A 19:00 H
<b>INFORMÁTICA INICIACIÓN</b>	GRUPO 1	JUEVES DE 09:30 A 11:00 H
	GRUPO 2	JUEVES DE 11:00 A 12:30 H
	GRUPO 3	JUEVES DE 12:30 A 14:00 H
	GRUPO 4	JUEVES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 5	JUEVES DE 17:30 A 19:00 H
<b>MANUALIDADES</b>	GRUPO 1	JUEVES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 2	JUEVES DE 17:30 A 19:00 H
<b>BAILE DE SALÓN EN PAREJAS</b>	GRUPO 1	VIERNES DE 09:00 A 10:00 H
<b>BAILE DE SALÓN EN LÍNEA</b>	GRUPO 2	VIERNES DE 10:00 A 11:00 H
	GRUPO 3	VIERNES DE 11:00 A 12:00 H
<b>PINTURA</b>	GRUPO 1	VIERNES DE 12:00 A 13:30 H

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

SERVICIOS	GRUPOS	HORARIOS
<b>ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ</b> (Memoria y Gerontogimnasia) <i>Para Mayores de 75 años</i>	GRUPO 1	LUNES DE 09:30 A 11:00 H
	GRUPO 2	LUNES DE 11:00 A 12:30 H
	GRUPO 3	LUNES DE 12:30 A 14:00 H
	GRUPO 4	LUNES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 5	MIÉRCOLES DE 09:30 A 11:00 H
	GRUPO 6	MIÉRCOLES DE 11:00 A 12:30 H
	GRUPO 7	MIÉRCOLES DE 12:30 A 14:00 H
<b>ACTIVA TU MENTE</b> <i>Para Menores de 75 años</i>	GRUPO 1	LUNES DE 11:00 A 12:00 H
	GRUPO 2	LUNES DE 12:00 A 13:00 H
	GRUPO 3	JUEVES DE 16:00 A 17:00 H