

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
GIMNASIA	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
GIMNASIA GIMNASIO C. ARENAL	6	LUNES Y MIÉRCOLES DE 13:00 A 14:00 H
GIMNASIA	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
PILATES	1	LUNES Y MIÉRCOLES DE 09:00 A 10:00 H
PILATES GIMNASIO C. ARENAL	2	MARTES Y JUEVES DE 13:00 A 14:00 H
YOGA	1	LUNES Y MIÉRCOLES DE 10:00 A 11:00 H
TAICHI	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
SMARTPHONE INICIACIÓN (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
INFORMÁTICA INICIACIÓN	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
MANUALIDADES	GRUPO 1	JUEVES DE 16:00 A 17:30 H
	GRUPO 2	JUEVES DE 17:30 A 19:00 H
BAILE DE SALÓN EN PAREJAS	GRUPO 1	VIERNES DE 09:00 A 10:00 H
BAILE DE SALÓN EN LÍNEA	GRUPO 2	VIERNES DE 10:00 A 11:00 H
	GRUPO 3	VIERNES DE 11:00 A 12:00 H
PINTURA	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
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ (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
ACTIVA TU MENTE <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