

**TALLERES CURSO 2026/2027**  
**CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES "SAN BENITO"**  
**C/ Carrión de los Condes, 73**

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

| TALLERES ACT. FÍSICA | GRUPOS  | HORARIOS                           |
|----------------------|---------|------------------------------------|
| YOGA                 | GRUPO 1 | LUNES Y MIÉRCOLES 09:00 A 10:00 H  |
| TAICHI               | GRUPO 1 | LUNES Y MIÉRCOLES 10:00 A 11:00 H  |
|                      | GRUPO 2 | LUNES Y MIÉRCOLES 11:00 A 12:00 H  |
| PILATES              | GRUPO 1 | LUNES Y MIÉRCOLES 12:00 A 13:00 H  |
|                      | GRUPO 2 | LUNES Y MIÉRCOLES 13:00 A 14:00 H  |
| GIMNASIA             | GRUPO 1 | MARTES Y JUEVES DE 09:00 A 10:00 H |
|                      | GRUPO 2 | MARTES Y JUEVES DE 10:00 A 11:00 H |
|                      | GRUPO 3 | MARTES Y JUEVES DE 11:00 A 12:00 H |
|                      | GRUPO 4 | MARTES Y JUEVES DE 12:00 A 13:00 H |
|                      | GRUPO 5 | MARTES Y JUEVES DE 13:00 A 14:00 H |

**TALLERES ACTIVIDADES CULTURALES (Se podrán elegir 3 actividades diferentes)**

| TALLERES CULTURALES                                         | GRUPOS  | HORARIOS                     |
|-------------------------------------------------------------|---------|------------------------------|
| SMARTPHONE INICIACIÓN<br>(Necesario disponer de Smartphone) | 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 | MIÉRCOLES DE 09:30 A 11:00 H |
|                                                             | GRUPO 5 | MIÉRCOLES DE 11:00 A 12:30 H |
|                                                             | GRUPO 6 | MIÉRCOLES DE 12:30 A 14:00 H |
| INFORMÁTICA INICIACIÓN                                      | GRUPO 1 | LUNES DE 16:00 A 17:30 H     |
|                                                             | GRUPO 2 | LUNES DE 17:30 A 19:00 H     |
|                                                             | GRUPO 3 | MIÉRCOLES DE 16:00 A 17:30 H |
|                                                             | GRUPO 4 | MIÉRCOLES DE 17:30 A 19:00 H |
| PINTURA INICIACIÓN                                          | GRUPO 1 | LUNES DE 10:00 A 11:30 H     |
| PINTURA INTERMEDIO                                          | GRUPO 2 | LUNES DE 11:30 A 13:00 H     |
| MANUALIDADES                                                | GRUPO 1 | JUEVES DE 10:00 A 11:30 H    |
| BAILES SALÓN EN LÍNEA INICIACIÓN                            | GRUPO 1 | VIERNES DE 09:00 A 10:00 H   |
|                                                             | GRUPO 2 | VIERNES DE 10:00 A 11:00 H   |
| BAILES SALÓN EN LÍNEA AVANZADO                              | GRUPO 3 | VIERNES DE 11:00 A 12:00 H   |
| BAILES SALÓN PAREJAS INICIACIÓN                             | GRUPO 4 | VIERNES DE 12:00 A 13:00 H   |

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

| SERVICIOS                                                                              | GRUPOS  | HORARIOS                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------------------------|
| ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ<br>(Memoria y gerontogimnasia)<br><br>PARA MAYORES DE 75 AÑOS | 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 | JUEVES DE 09:30 A 11:00 H |
|                                                                                        | GRUPO 5 | JUEVES DE 11:00 A 12:30 H |
|                                                                                        | GRUPO 6 | JUEVES DE 12:30 A 14:00 H |
|                                                                                        | GRUPO 7 | JUEVES DE 16:00 A 17:30 H |
| ACTIVA TU MENTE<br><br>PARA MENORES DE 75 AÑOS                                         | GRUPO 1 | JUEVES DE 10:00 A 11:00 H |
|                                                                                        | GRUPO 2 | JUEVES DE 11:00 A 12:00 H |