



TALLERES Curso 2023/2024

CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES "SAN BENITO"
C/ Carrión de los Condes, 73

Actividades Físicas

ACTIVIDAD	GRUPOS	HORARIOS
GIMNASIA	GRUPO 1	MIÉRCOLES Y VIERNES 9:00 A 10:00 H
GIMNASIA	GRUPO 2	MIÉRCOLES Y VIERNES 10:00 A 11:00 H
GIMNASIA	GRUPO 3	MIÉRCOLES Y VIERNES 11:00 A 12:00 H
GIMNASIA	GRUPO 4	MIÉRCOLES Y VIERNES 12:00 A 13:00 H
YOGA	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES 9:00 A 10:00 H
TAICHI	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES 10:00 A 11:00 H
TAICHI	GRUPO 2	MARTES Y JUEVES 11:00 A 12:00 H
PILATES	GRUPO 1	MARTES Y JUEVES 12:00 A 13:00 H

Talleres Servicio de Terapia Ocupacional y Servicio de Animación Sociocultural

ACTIVIDAD	GRUPOS	HORARIOS
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 1	MARTES DE 9:00 A 10:30 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 2	MARTES DE 10:30 A 12:00 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 3	MARTES DE 12:00 A 13:30 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 4	MARTES DE 16:00 A 17:30 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 5	MARTES DE 17:30 A 19:00 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 6	JUEVES DE 9:00 A 10:30 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 7	JUEVES DE 10:30 A 12:00 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 8	JUEVES DE 12:00 A 13:30 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 9	JUEVES DE 16:00 A 17:30 H
ESTIMULACIÓN PSICOMOTRIZ Mayores de 75 años y más	GRUPO 10	JUEVES DE 17:30 A 19:00 H
ACTIVA TU MENTE Mayores hasta 75 años	GRUPO 1	LUNES 16:00 A 17:00 H
ACTIVA TU MENTE Mayores hasta 75 años	GRUPO 2	JUEVES DE 10:00 A 11:00 H
ACTIVA TU MENTE Mayores hasta 75 años	GRUPO 3	JUEVES 11:00 A 12:00 H

Actividades Formativas y Culturales

ACTIVIDAD	GRUPOS	HORARIOS
BAILES SALÓN EN LINEA	GRUPO 1	LUNES 9:00 A 10:00 H
BAILES SALÓN EN LINEA	GRUPO 2	LUNES 10:00 A 11:00 H
BAILES SALÓN PAREJAS	GRUPO 3	LUNES 11:00 A 12:00 H
PINTURA	GRUPO 1	LUNES 10:00 11:30 H
PINTURA	GRUPO 2	LUNES 11:30 13:00 H
MANUALIDADES	GRUPO 1	JUEVES 10:00 A 11:30 H
INFORMÁTICA	GRUPO 1	LUNES Y MIERCOLES DE 9:00 A 10:30 H
INFORMÁTICA	GRUPO 2	LUNES Y MIERCOLES DE 10:30 A 12:00 H
INFORMÁTICA	GRUPO 3	LUNES Y MIERCOLES DE 12:00 A 13:30 H
INFORMÁTICA	GRUPO 4	LUNES Y MIERCOLES DE 16:00 A 17:30 H
INFORMÁTICA	GRUPO 5	LUNES Y MIERCOLES DE 17:30 A 19:00 H

Actividades Intercentros

ACTIVIDAD	GRUPOS	HORARIOS	CENTRO
GIMNASIA	GRUPO 6	MARTES Y JUEVES 16:00 A 17:00 H	HUERTA DE LA SALUD
GIMNASIA	GRUPO 7	MARTES Y JUEVES 17:00 A 18:00 H	HUERTA DE LA SALUD
GIMNASIA	GRUPO 8	MARTES Y JUEVES 18:00 A 19:00 H	HUERTA DE LA SALUD
TAICHÍ	GRUPO 3	LUNES Y MIÉRCOLES 18:00 A 19:00 H	HUERTA DE LA SALUD
YOGA	GRUPO 2	LUNES Y MIÉRCOLES 16:00 A 17:00 H	HUERTA DE LA SALUD
PILATES	GRUPO 3	LUNES Y MIÉRCOLES 19:00 A 20:00 H	HUERTA DE LA SALUD
HISTORIA DEL ARTE	GRUPO 1	MIÉRCOLES 17:00 A 18:30 H	HUERTA DE LA SALUD
HISTORIA DEL ARTE	GRUPO 2	MIÉRCOLES 18:30 A 20:00 H	HUERTA DE LA SALUD
PINTURA	GRUPO 2	MARTES 11:30 A 13:00 H	HUERTA DE LA SALUD
PINTURA	GRUPO 3	MIÉRCOLES 18:00 A 19:30 H	EL HENAR
PINTURA	GRUPO 4	JUEVES DE 10:30 A 12:00 H	NTRA SRA DEL CARMEN
ESCRITURA CREATIVA	GRUPO 1	JUEVES 16:00 A 17:30 H	SAN BENITO
ESCRITURA CREATIVA	GRUPO 2	JUEVES 18:00 A 19:30 H	EL HENAR
VARIEDADES	GRUPO 1	LUNES 12:00 A 14:00 H	SAN BENITO
BAILES REGIONALES AVANZADO	GRUPO 1	MIÉRCOLES 16:00 A 17:00 H	NTRA SRA DE LA MERCED
BAILES REGIONALES INICIACIÓN	GRUPO 2	MIÉRCOLES 17:00 A 18:00 H	NTRA SRA DE LA MERCED
BAILES DEL MUNDO	GRUPO 1	VIERNES 13:00 A 14:00 H	CONCEPCIÓN ARENAL
CORAL	GRUPO 1	LUNES 17:30 A 19:30 H	NTRA SRA DE LA MERCED
RONDALLA INICIACIÓN	GRUPO 1	JUEVES DE 11:30 A 13:30 H	NTRA SRA DE LA MERCED
CORAL	GRUPO 2	MARTES 11:30 A 13:30 H	SAN BENITO
RONDALLA AVANZADO	GRUPO 2	MIÉRCOLES 11:30 A 13:30 H	SAN BENITO
INGLES	GRUPO 1	VIERNES 9:00 A 10:30 H	NTRA SRA DEL CARMEN
INGLES	GRUPO 2	VIERNES 10:30 A 12:00 H	NTRA SRA DEL CARMEN
INGLES	GRUPO 3	VIERNES 12:00 A 13:30 H	NTRA SRA DEL CARMEN
INGLES	GRUPO 4	LUNES 16:00 A 17:30 H	NTRA SRA DEL CARMEN
INGLES	GRUPO 5	LUNES 9:00 A 10:30 H	HUERTA DE LA SALUD
INGLES	GRUPO 6	LUNES 10:30 A 12:00 H	HUERTA DE LA SALUD
INGLES	GRUPO 7	LUNES 12:00 A 13:30 H	HUERTA DE LA SALUD