

## Actividades físicas

| ACTIVIDAD                              | Horario              | Información e Inscripciones   |  |
|--|----------------------|---|--|
| Yoga 1                                 | L y X: 9:00 – 10:30  | <b>AYUNTAMIENTO DE VALLADOLID</b><br>(Actividad de inscripción previa)                            |  |
| Yoga 2                                 | L y X: 10:30 – 12:00 |   |  |
| Yoga 3                                 | M y J: 9:00 – 10:30  |   |  |
| Yoga 4                                 | X y V: 20:20 – 21:50 | <b>AULAS 60</b><br>aulas60@hotmail.es<br>601105651  |  |
| Yoga                                   | M: 10:30 – 12:30     |   |  |
| Yoga                                   | J: 10:30 – 12:00     |   |  |
| Pilates                                | M: 11:00 – 12:00     |   |  |
| Pilates                                | J: 11:00 – 12:00     |   |  |
| Tai chi                                | M: 12:30 – 13:30     |   |  |
| Tai chi                                | V: 12:30 - 13:30     |   |  |
| Memoria                                | J: 12:00 - 13:30     |   |  |
| Espalda 1                              | J: 12:00- 13:30      |   | <b>ROSA CHACEL</b><br>rosachacel@rosachacel.org<br>983397325 |
| Espalda 2                              | V: 11:00 – 12:30     |   |  |
| Espalda 3                              | V: 12:30 – 14:00     |   |  |
| Yoga postural                          | X: 18:30 – 20:00     |   |  |
| Estiramientos y flexibilidad           | V: 9:30 – 11:00      |   |  |
| Gimnasia vital                         | V: 17:00 – 18:30     |   |  |
| Afrontamiento activo del dolor crónico | X: 18:30 – 20:00     | <b>AFRONTAMIENTO ACTIVO DEL DOLOR CRÓNICO (SACYL)</b><br>asociacionaadolor@gmail.com<br>630657494 |  |
| Afrontamiento activo del dolor crónico | J: 18:30 – 20:00     |   |  |
| Pilates                                | L y X: 12:00 – 13:00 | <b>SPORT-OUT</b><br>sport-out@hotmail.com<br>635539111  |  |
| Pilates                                | L y X: 17.30 – 18:30 |   |  |
| Espalda sana                           | M: 19:00 – 20:00     |   |  |
| Gimnasia hipopresiva                   | M: 18:00 – 19:00     |   |  |
| Gimnasia hipopresiva                   | V: 18:30 – 19:30     |   |  |

## Punto de información y otras actividades

| ACTIVIDAD                     | Horario   | Información e Inscripciones   |
|-------------------------------|---|---|
| Reuniones                     | 1 <sup>er</sup> y 3 <sup>er</sup> lunes del mes | <b>AMIGOS DE LA CAPA</b><br>capavalladolid24@gmail.com<br>983475260 |
| Programa de Infancia/Juventud | L – V: 16:30 – 20:30                            | <b>CEAS CAMPILLO</b>  |
| Taller de radio               | J: 11:30 – 13:30                                | <b>UFAC HOSPITAL UNIVERSITARIO DEL RÍO HORTEGA</b>                  |

# Programa de actividades curso 2024-2025



## CENTRO CÍVICO EL CAMPILLO



Ayuntamiento de  
**Valladolid**

+info: <http://www.valladolid.es/es/ciudad/participacion-ciudadana>

## Ensayos

| ACTIVIDAD                      | Horario                                | Información e Inscripciones  |
|--------------------------------|--|--|
| Ensayo y práctica salsa        | M: 20:00 – 21:45                       | <b>A' KONTRATIEMPO</b><br>elena.gonzalez.leonardo@gmail.com<br>685827886           |
| Ensayo y práctica salsa        | S: 17:45 – 20:45<br>(días alternos)    |  |
| Ensayo coro                    | X: 18:00 – 20:00                       | <b>A.M.E.</b><br>mariapazariassoriano@gmail.com<br>676660011                       |
| Bailes latinos                 | V: 20:00 – 21:00                       | <b>BAILAMOS LOS VIERNES</b><br>bailamoslosviernes@gmail.com<br>610824613           |
| Bailes tradicionales leoneses  | M: 19:00 – 20:30                       | <b>CENTRO LEONÉS VIRGEN DEL CAMINO</b><br>ce.leon.va@gmail.com<br>639378858        |
| Preparación y ensayos del coro | J: 20:00 – 21:45                       | <b>CORO DE CÁMARA FRANCISCO DE MONTANOS</b><br>fmontanos@yahoo.es<br>625415494     |
| Ensayos                        | S: 10:00 – 12:00                       | <b>IL BUON TEMPO</b><br>elbuentiempo@gmail.com<br>678702731                        |
| Ensayos de sevillanas          | X: 20:00 – 21:00                       | <b>LUZ (CÍRCULO DE CULTURA POPULAR)</b><br>antoniopablo69@hotmail.com<br>605567336 |
| Ensayos                        | S: 18:30 – 20:30                       | <b>COMPAÑÍA ARTIST</b><br>info@teatroartist.com<br>697168293                       |
| Ensayos y obras de teatro      | M y X: 20:00 – 21:45                   | <b>TEATRO PILAR CONDE</b><br>arsrosgil@hotmail.com<br>657 74413                    |
| Ensayos                        | M y V: 18:00 – 20:00                   | <b>ZAHORÍ TEATRO</b><br>estevezgarcasantiago@gmail.com<br>630890703                |
| Ensayos del taller de música   | X: 13:00 – 14:00<br>(meses: oct y nov) | <b>ADEMUVA</b><br>ademuvacontacto@gmail.com<br>663318535                           |
| Curso / taller                 | L: 18:30 – 21:45                       | <b>RADALAILA DANZAS DEL MUNDO</b><br>radalaila@hotmail.com<br>693610079            |

## Pintura, manualidades, labores

| ACTIVIDAD | Horario          | Información e Inscripciones                        |
|-----------|------------------|--|
| Pintura   | V: 11:30 – 13:30 | <b>AULAS 60</b><br>aulas60@hotmail.es<br>601105651 |
| Pintura   | J: 11:30 – 13:30 |  |
| Pintura   | J: 19:00 – 21:00 |  |
| Macramé   | V: 10:30 – 12:30 |  |

## Cultura y formación

| ACTIVIDAD  | Horario                      | Información e Inscripciones   |
|--|------------------------------|---|
| Memoria  | 2º, 4º y 5º lunes del mes    | <b>AMIGOS DE LA CAPA</b><br>capavalladolid24@gmail.com<br>983475260                     |
| Informática iniciación                           | L: 19:30-21:00               | <b>A.V. CAÑO ARGALES SAN ANDRÉS</b><br>avecinosargales@gmail.com<br>699892202           |
| Informática nivel medio                          | L: 18:00 – 19:30             |   |
| Informática nivel avanzado                       | M: 17:30 – 19:00             |   |
| Francés  | X: 10:30 – 12:30             | <b>AULAS 60</b><br>aulas60@hotmail.es<br>601105651                                      |
| Lectura en voz alta                              | L: 12:00 – 13:30             | <b>CENTRO BIBLIOTECAS MUNICIPALES</b>   |
| Aprendizaje español                              | L y J: 9 – 14                | <b>CEPAIM (ACCIÓN INTEGRAL CON MIGRANTES)</b><br>notificaciones@cepaim.org<br>637058800 |
| Aprendizaje español                              | M y X: 11:30 – 14:30         |   |
| Clases de español                                | L, M, X, J y V: 9:30 – 11:30 | <b>PROCOMAR VALLADOLID ACOGE</b><br>social@valladolidacoge.org<br>983309915             |
| Mantener la memoria                              | L: 17:00 – 20:00             | <b>ROSA CHACEL</b><br>rosachacel@rosachacel.org<br>983397325                            |
| Mantener la memoria                              | M: 10:30 – 13:30             |   |
| Inglés básico 1                                  | L: 10:00 – 11:30             |   |
| Inglés básico 2                                  | L: 11:30 – 13:00             |   |
| Inglés básico 2                                  | X: 17:00 – 18:30             |   |
| Inglés básico 3                                  | X: 11:30 – 13:00             |   |
| Inglés conversación 1                            | M: 10:30 – 12:30             |   |
| Inglés conversación 2                            | M: 18:30 – 20:30             |   |
| Árabe  | V: 18:30 – 20:00             |   |
| Tertulia literaria mensual (3er viernes del mes) | V: 17:00 – 18:30             | <b>TERTULIAS LITERARIAS CAMPO GRANDE</b><br>loslibrosnoseprestan@gmail.com<br>635696003 |
| Hª del arte                                      | L: 16:30 – 18:00             | <b>TERRITORIO EXPÉRIDES</b><br>territorioexperides@gmail.com<br>676209623               |
| Arte románico y gótico                           | X: 17:00 - 18:30             |   |
| Hª del arte oriental e islámico                  | X: 12:30 – 14:00             |   |
| Descubre Valladolid                              | M: 12:30 – 14:00             |   |

## Meditación y crecimiento personal

| ACTIVIDAD   | Horario          | Información e Inscripciones                             |
|---|------------------|---|
| Meditación  | X: 17:00 – 18:30 | <b>ADVAITA LUZ</b><br>advaitaluz@gmail.com<br>630945004 |
| Crecimiento personal y gestión eficaz para nuestra vida | L: 10:30 – 12:00 |   |
| Taller integral de autoconocimiento                     | X: 11:00 – 12:30 |   |
| Aprende a gestionar tus emociones                       | X: 19:00 – 20:30 |   |

### LAS ACTIVIDADES PUEDE VARIAR POR ORGANIZACIÓN DE LAS ENTIDADES

Más información sobre actividades: Contactar con las asociaciones o entidades organizadoras (teléfonos o direcciones indicadas). El coste máximo por actividad será de 2,38 €/hora.

**Estamos en:** C/ Hostiero 1 – 47004 Valladolid / **Teléfono: 983 30 55 25 / Correo electrónico: [ccca@ava.es](mailto:ccca@ava.es)**