

## ACTIVIDADES INFANTILES Y JUVENILES

| ACTIVIDAD                                        | HORARIO                                      | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Vallatarde<br>(Diversas actividades)             | De 11 a 14 años.<br>Sábados de 17:00-20:00 h | AYTO DE VALLADOLID<br><a href="http://www.vallanoche.es">www.vallanoche.es</a>                                                                 |
| Vallanoche<br>(Diversas actividades)             | De 14 a 30 años.<br>Sábados de 20:00-23:00 h |                                                                                                                                                |
| Tarde de cuentos                                 | J 18:00-19:00 h                              | BIBLIOTECA MUNICIPAL FRANCISCO PINO<br><a href="mailto:bmfp@ava.es">bmfp@ava.es</a> 983 426063                                                 |
| Talleres de Historia, lengua y cultura           | V 18:00-21:30 h                              | ASOCIACIÓN CASTILLA Y LEÓN PARA UCRANIA<br><a href="mailto:cylparaucrania@gmail.com">cylparaucrania@gmail.com</a>                              |
| Danza moderna                                    | X 17:00-18:15 h                              | TEATRO DEL AIRE<br><a href="mailto:teatrodelaire@hotmail.com">teatrodelaire@hotmail.com</a> 609 014 182                                        |
| Cocina infantil                                  | V 17:00-19:00 h                              | CEAS. HUERTA DEL REY – GIRÓN – PUENTE COLGANTE 983360005                                                                                       |
| Marinera Peruana                                 | V 19:00-20:00 h                              | ASOCIACIÓN CULTURAL ENSUEÑO PERUANO<br><a href="mailto:ycoga5@gmail.com">ycoga5@gmail.com</a> 641292144                                        |
| Danza Peruana                                    | V 20:00-21:15 h                              | ASOCIACIÓN CULTURAL ENSUEÑO PERUANO<br><a href="mailto:ycoga5@gmail.com">ycoga5@gmail.com</a> 641292144                                        |
| Curso de lengua de signos española<br>Iniciación | L 16:30-18:30 h                              | ASPAS Valladolid<br><a href="mailto:aspasvalladolid@gmail.com">aspasvalladolid@gmail.com</a> 633795758                                         |
| Juegos de mesa para niños y adultos              | S 16:30-21:15 h                              | ASOCIACIÓN CULTURAL DE JUEGOS DE MESA NOVENO REINO<br><a href="mailto:asociacion.noveno.reino@gmail.com">asociacion.noveno.reino@gmail.com</a> |
| Escuela de familias                              | S 10:15-13:30 h                              | ASOCIACIÓN CASTILLA Y LEÓN DE ALTAS CAPACIDADES (ACYLAC)<br><a href="mailto:rubenpar@acylac.org">rubenpar@acylac.org</a>                       |
| Escuela de familias                              | S 12:00-13:30 h                              | ASOCIACIÓN VALLISOLETANA DE AFECTADOS POR DÉFICIT DE ATENCIÓN E HIPERACTIVIDAD<br><a href="mailto:info@avatdah.org">info@avatdah.org</a>       |

**Estamos en:** *C/ Pío del Río Hortega, 13*  
**Teléfono: 983 35 47 35**  
**Correo electrónico: [cchr@ava.es](mailto:cchr@ava.es)**

Para más información, contacte con las asociaciones o entidades organizadoras a través de los teléfonos y direcciones indicados en el folleto o en el centro cívico.  
 Esta programación podrá modificarse o cancelarse en función de las necesidades de cada actividad o taller.  
 El coste de las actividades promovidas por asociaciones no podrá superar los **2,38 €/hora**.

Folleto actualizado en fecha 26/08/2026

un espacio para la participación

# Programa de actividades Curso 2026-2027



**CENTRO CÍVICO**  
**JOSÉ LUIS MOSQUERA**



**Ayuntamiento de Valladolid**  
 Concejalía de Participación Ciudadana y Deportes

## ACTIVIDADES DEPORTIVAS / ENRIQUECIMIENTO PERSONAL

| ACTIVIDAD                                | HORARIO                                                                          | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                                          |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Boyd rolling                             | L 18:00-19:30 h                                                                  | <b>FUNDACIÓN MUNICIPAL DE DEPORTES</b><br><br>C/ Joaquín Velasco Martín, N.º 9<br><a href="mailto:adultosfmd@ava.es">adultosfmd@ava.es</a><br>983 42 63 13. |
| Pilates                                  | L-X 17-18; L-X 19-20 h<br>L 18-19; V 17-18 h<br>V 18-19 h                        |                                                                                                                                                             |
| Yoga                                     | L-X 11-12 L-X 12-13 h<br>M-J 17-18 M-J 18-19 h                                   |                                                                                                                                                             |
| Escuela de espalda                       | M-J 09:30-10:30 h<br>M-J 10:30-11:30 h<br>M-J 11:30-12:30 h<br>M-J 12:30-13:30 h |                                                                                                                                                             |
| Yoga                                     | M-J 12:00-13:30 h                                                                |                                                                                                                                                             |
| Taichí                                   | M-J 20:00-21:00 h                                                                | <b>A.V PISUERGA HUERTA DEL REY</b><br><a href="mailto:vecinospisuerga@gmail.com">vecinospisuerga@gmail.com</a>                                              |
| Pilates terapia                          | L-X-V-10-11h                                                                     | <b>AMIGOS DEL PILATES.</b><br><a href="mailto:asociacion.amigosdelpilates@hotmail.com">asociacion.amigosdelpilates@hotmail.com</a><br>699 324 108           |
| Hipopresivos                             | L-X-V 11-11:30 h                                                                 |                                                                                                                                                             |
| Pilates terapia                          | L-X-V 11:30-12:30 h                                                              |                                                                                                                                                             |
| Pilates terapia                          | L-X-V 12:30-13:30 h                                                              |                                                                                                                                                             |
| Yoga taoísta (Chi-Kung)                  | M-J 18:00-19:30 h                                                                | <b>SENTIDO Y ESENCIA</b><br><a href="mailto:yogataoistava@hotmail.com">yogataoistava@hotmail.com</a> 601188160                                              |
| Zumba Yoga                               | M 09:30-11:30 h<br>L 09:30-11:30 h                                               | <b>FEAFES VALLADOLID-EL PUENTE</b><br><a href="mailto:elpuente@elpuentesaludmental.org">elpuente@elpuentesaludmental.org</a>                                |
| Grupo de afrontamiento del dolor crónico | M-J 10:00-11:45 h<br>M 17:00-18:30 h                                             | <b>SACYL: AFRONTAMIENTO ACTIVO DEL DOLOR</b><br><a href="mailto:tencinas@saludcastillayleon.es">tencinas@saludcastillayleon.es</a>                          |

## ACTIVIDADES DE BAILE

| ACTIVIDAD                                                                                                            | HORARIO                                                                                                    | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Iniciación bailes latinos<br>Iniciación bailes latinos<br>Medios bailes latinos                                      | L 19:00-20:15h<br>X 20:15-21:30 h<br>X 20:15-21:30 h                                                       | <b>BAILA SALSA</b><br><a href="mailto:oscar@bailasalsa.es">oscar@bailasalsa.es</a> 609979997                        |
| Ensayo flamenco - Tertulias                                                                                          | J 18:00-21:00 h                                                                                            | <b>JONDO EL FLAMENCO</b><br><a href="mailto:csars5@hotmail.com">csars5@hotmail.com</a> 657827160                    |
| Bollywood avanzado<br>Danza oriental avanzada<br>Danza oriental inicial<br>Bollywood inicial                         | V 16:30-18:45 h<br>V 18:45-21:00 h<br>L 17:00-18:30 h<br>J 16:30-18:00 h                                   | <b>RÄDHÄNIL DANZA</b><br><a href="mailto:margaritanietomartin@yahoo.es">margaritanietomartin@yahoo.es</a> 666081713 |
| Flamenco y rumba<br>Flamenco y rumba                                                                                 | X 18:15-19:30 h<br>X 19:30-20:45 h                                                                         | <b>TEATRO DEL AIRE</b><br><a href="mailto:teatrodelaire@hotmail.com">teatrodelaire@hotmail.com</a> 609014182        |
| Baile social<br>Salsa y bachata<br>Técnicas de baile salsa<br>Bachata iniciación<br>Salsa iniciación<br>Baile social | M 20-21 h<br>M-X 19:30-21:30 h<br>M 18:30-20:00 h<br>V 18:00-19:00 h<br>V 19:00-20:00 h<br>V 20:00-21:30 h | <b>SINERGIA FYDH-QUEDAMOS A BAILAR</b><br><a href="mailto:socialva@gmail.com">socialva@gmail.com</a>                |

## ACTIVIDADES DE BAILE

| ACTIVIDAD      | HORARIO         | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                         |
|----------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Danza teatro   | J 11:00-12:30 h | <b>CENTRO DE VIDA ACTIVA HUERTA DEL REY</b><br><a href="mailto:vidaactiva@ava.es">vidaactiva@ava.es</a> 983363515          |
| Bailes latinos | X 18:00-19:30h  | <b>BAILAMOS LOS VIERNES</b><br><a href="mailto:bailamoslosviernes@gmail.com">bailamoslosviernes@gmail.com</a><br>610824613 |
| Ensayo jotas   | L 19:30-21:00 h | <b>LA TRÉBEDE</b><br><a href="mailto:latrebededevalladolid@yahoo.es">latrebededevalladolid@yahoo.es</a><br>679144821       |

## PUNTOS DE INFORMACIÓN

| ACTIVIDAD                     | HORARIO                            | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                    |
|-------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Información sobre alcoholismo | J 10-12 h                          | <b>ALCOHÓLICOS REHABILITADOS DE VALLADOLID (ARVA)</b><br><a href="mailto:presidenciaarva@hotmail.com">presidenciaarva@hotmail.com</a> |
| Grupo apoyo lactancia materna | S 11:00-13:00 h<br>J 16:30-18:00 h | <b>LA LIGA DE LA LECHE</b><br><a href="mailto:palomaarribas@gmail.com">palomaarribas@gmail.com</a>                                    |
| Grupo apoyo al posparto       | X 10:30-13:00 h                    | <b>RED DE MAR</b><br><a href="mailto:reddemar@gmail.com">reddemar@gmail.com</a>                                                       |
| Punto informativo             | V 11:00-14:00 h                    | <b>ASOCIACIÓN DE VOLUNTARIOS MAYORES CYL (AVOMACYL)</b><br><a href="mailto:joseceruelo@outlook.com">joseceruelo@outlook.com</a>       |

## TALLERES DE COCINA

| ACTIVIDAD                                                         | HORARIO                                                                   | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Cocina 1/Cocina 2/Cocina 3                                        | M 17:00-19:30 h J 11:30-14:00 h<br>J 19:00-21:15 h                        | <b>A.V PISUERGA HUERTA DEL REY</b><br><a href="mailto:vecinospisuerga@gmail.com">vecinospisuerga@gmail.com</a>                              |
| Cocina 1/Cocina 2/Cocina 3                                        | M 11:00-13:00 h X 17:00-19:00 h<br>J 17:00-19:00 h                        | <b>CENTRO DE VIDA ACTIVA HUERTA DEL REY</b><br><a href="mailto:vidaactiva@ava.es">vidaactiva@ava.es</a> 983363515                           |
| A los fogones<br>Be Chef<br>Cocina (Sukaldari)<br>Cocina creativa | L 12:00-14:00 h<br>M 09:00-11:00 h<br>V 12:00- 14:00 h<br>L 17:00-19:00 h | <b>FEAFES VALLADOLID – EL PUENTE</b><br><a href="mailto:elpuente@elpuentesaludmental.org">elpuente@elpuentesaludmental.org</a><br>983356908 |
| Taller de Cocina                                                  | L 10:00-11:30 h<br>J 10:00-11:30 h                                        | <b>CEAS. HUERTA DEL REY – GIRÓN – PUENTE COLGANTE</b> 983360005                                                                             |

## MEDITACIÓN / CRECIMIENTO PERSONAL

| ACTIVIDAD                                                | HORARIO                            | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Meditación II<br>Autocuidado y autoconocimiento integral | J 19:00-20:30 h<br>V 19:00-20:30 h | <b>ADVAITA LUZ</b><br><a href="mailto:advaitaluz@gmail.com">advaitaluz@gmail.com</a><br>660958521 |
| Meditación Sahaja Yoga                                   | J 19:00-21 h                       | <b>SAHAJA YOGA</b><br><a href="mailto:aliguba@gmail.com">aliguba@gmail.com</a>                    |
| Reír la vida                                             | V-17:00-18:30 h                    | <b>CEAS HUERTA DEL REY – GIRÓN – PUENTE COLGANTE</b> 983360005                                    |

## CURSOS FORMATIVOS / TERAPIA OCUPACIONAL

| ACTIVIDAD                                                                            | HORARIO                                                                | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Activa tu mente                                                                      | X 09:30-11:30 h                                                        | FEAFES VALLADOLID EL PUENTE<br><a href="mailto:elpuente@elpuentesaludmental.org">elpuente@elpuentesaludmental.org</a><br>983366908 |
| Habilidades prelaborales<br>Grupo familias<br>Grupo de lectura<br>Grupo ocio jóvenes | L 11:30-12:30<br>V 09:30-11:00 h<br>V 11:00-12:30 h<br>V 12:30-14:00 h | UFAC-Terapia Ocupacional<br>HOSPITAL UNIVERSITARIO DEL RÍO HORTEGA                                                                 |
| Ejercicio para el afrontamiento activo del dolor crónico                             | L, X, V 13:15-14:15 h                                                  | SACYL: CENTRO DE SALUD HUERTA DEL REY<br>983352666                                                                                 |
| Café tertulia: aprende a cuidar tu salud                                             | V 10:30-12:00 h                                                        | SACYL: CENTRO DE SALUD HUERTA DEL REY<br>983352666                                                                                 |
| Lengua de signos española iniciación<br>Lengua de signos española continuación       | M 16:30-19:30 h<br>X 16:00-19:00 h                                     | ASPAS VALLADOLID<br><a href="mailto:aspasvalladolid@gmail.com">aspasvalladolid@gmail.com</a>                                       |
| Taller de Canasta                                                                    | J 17:00-18:30 h                                                        | CENTRO DE VIDA ACTIVA HUERTA DEL REY<br><a href="mailto:vidaactiva@ava.es">vidaactiva@ava.es</a> 983363515                         |

## CULTURA / FORMACIÓN

| ACTIVIDAD           | HORARIO                                                                                                                                          | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                                      |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Biología            | L 9:30-11:30 h L 11:30-13:30 h<br>L 17:15-19:15 h<br>X 9:30-11:30 h X 11:30-13:30 h<br>J 9:30-11:30 h J 11:30-13:30 h                            | PROGRAMA MUNICIPAL DE APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA<br>983 210162 / 674636249<br><br><a href="mailto:cepahuerta@gmail.com">cepahuerta@gmail.com</a> |
| Taller de arte      | L 9:30-11:30 h L 11:30-13:30 h<br>M 9:30 11:30 h M 18:00-20:00 h<br>X 9:30-11:30 h X 11:30-13:30 h                                               |                                                                                                                                                         |
| Arte de Valladolid  | M 11:30-13:30; X 18-20 h.                                                                                                                        |                                                                                                                                                         |
| Inglés              | L 17:00-19:00 h L 19:00-21:00 h<br>M-J 9:30-10:30 h 10:30-11:30 h<br>11:30-12:30 h 12:30-13:30 h<br>X 9:30-11:30 h X 17-19:30 h<br>J 17:00-19:00 |                                                                                                                                                         |
| CLEM-1A             | L, M, X y J 16:30-18 h                                                                                                                           |                                                                                                                                                         |
| CLEM -1B            | M 10:00-11:00 h                                                                                                                                  |                                                                                                                                                         |
| Cultura 1           | L-M-J 18:00-19:45 h                                                                                                                              |                                                                                                                                                         |
| Cultura 2           | M 11:00-13:00 h                                                                                                                                  |                                                                                                                                                         |
| Historia            | J 11:45-13:45 h.                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| Ágilmente           | L 11:30-13:30 J 09:30-11:30 h<br>J 11:30-13:30 h                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| Tertulia literaria  | M 11:30-13:30 h X 11:45-13:45h                                                                                                                   | BIBLIOTECA HUERTA DEL REY<br>"FRANCISCO PINO"<br><a href="mailto:bmpf@ava.es">bmpf@ava.es</a> 983426063                                                 |
| Escritura creativa  | M 9:30-11:30 h                                                                                                                                   |                                                                                                                                                         |
| Club de lectura     | X 19:00 -20:15 h                                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| Club de lectura     | M 19-20:15 h 2º Y 4º de cada mes                                                                                                                 |                                                                                                                                                         |
| Taller de escritura | M19:00-20:15 h                                                                                                                                   |                                                                                                                                                         |
| Taller de escritura | X 11:00-12:15 h                                                                                                                                  | ASOCIACIÓN DE MUJERES ESPAÑOLAS (AME)<br>676 660 011                                                                                                    |
| Clases de cultura   | L-X 17:00-19:00 h                                                                                                                                |                                                                                                                                                         |

## CULTURA / FORMACIÓN

| ACTIVIDAD                                                                                               | HORARIO                                                                                                     | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Historia del arte                                                                                       | L 17:00-18:30 h L 19:15-20:45 h<br>V10:00-11:30 h y 11:30-13:00 h                                           | ASOCIACION VECINOS MONASTERIO DEL PRADO<br><a href="mailto:avvmonasterio@gmail.com">avvmonasterio@gmail.com</a>                    |
| Encuentros caligráficos                                                                                 | S 11:00-13:30 h. Primer sábado de cada mes                                                                  | ASOCIACIÓN ALCUINO- 638757909<br><a href="mailto:tritri302000@yahoo.es">tritri302000@yahoo.es</a>                                  |
| Historia del arte CYL IV<br>Descubre Valladolid<br>Fotografía<br>Fotografía<br>Historia del arte CYL II | L 11:30-13:00 h<br>J 17:00-18:30 h<br>J 12:00-13:30 h V 12:00-14:00 h<br>L 09:30-11:30 h<br>J 18:30-20:00 h | TERRITORIO EXPÉRIDES<br><a href="mailto:siente@territorioexperides.com">siente@territorioexperides.com</a><br>676209623            |
| Clases de español<br>Taller de empleo                                                                   | L 10:00-12:00 h<br>X 10:00-13:00 h                                                                          | AMAP<br><a href="mailto:cooperacionamap@gmail.com">cooperacionamap@gmail.com</a>                                                   |
| Club de cine<br>Club de ajedrez                                                                         | M 18:30-21:30 h 1º y 3º<br>S 11:30-14:00 h                                                                  | EL BANCO DEL TIEMPO<br><a href="mailto:bancodeltiempodevalladolid@gmail.com">bancodeltiempodevalladolid@gmail.com</a><br>983424201 |
| Francés<br>Escritura creativa                                                                           | L -X 18:00-19:30 h<br>X 18:00-19:30 h                                                                       | A.V PISUERGA HUERTA DEL REY<br><a href="mailto:vecinospisuerga@gmail.com">vecinospisuerga@gmail.com</a>                            |

## CORALES / ENSAYO DE GRUPOS DE TEATRO

| ACTIVIDAD             | HORARIO           | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                         |
|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ensayo coral          | X 19:00-21:00 h   | CORO MATICES<br><a href="mailto:antoniogarme@gmail.com">antoniogarme@gmail.com</a>                                         |
| Ensayo coral          | M 19:45-21:30 h   | CORO PNEUMA <a href="mailto:yvalpuestam@gmail.com">yvalpuestam@gmail.com</a>                                               |
| Ensayo teatro         | S 17:00-21:30 h   | DIABLA TEATRO <a href="mailto:diablateatro@gmail.com">diablateatro@gmail.com</a>                                           |
| Ensayo teatro         | L 18:30-21:00 h   | LA TROPA <a href="mailto:pedroillera245@gmail.com">pedroillera245@gmail.com</a>                                            |
| Ensayo teatro         | X 19:30-21:30 h   | TEATREZZO <a href="mailto:teatrezzo@gmail.com">teatrezzo@gmail.com</a>                                                     |
| Ensayo teatro         | L 18:30-21:00 h   | ASOCIACIÓN HISTORICO CULTURAL BUEZILLO <a href="mailto:jmartindelbarco@yahoo.es">jmartindelbarco@yahoo.es</a>              |
| Ensayo teatro musical | M-J 19:30-21:30 h | LA TROUPE PRODUCCIONES<br><a href="mailto:latroupeproducciones.teatro@gmail.com">latroupeproducciones.teatro@gmail.com</a> |

## PINTURA / MANUALIDADES / COSTURA / OCIO

| ACTIVIDAD                                | HORARIO                                                         | ENTIDAD Y CONTACTO                                                                                                           |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Rol en vivo / Juegos de mesa             | S 16:30-21:30 h 1º y 3º mes                                     | VÓRTICE VALLADOLID<br><a href="mailto:contactocolectivovortice@gmail.com">contactocolectivovortice@gmail.com</a>             |
| Dibujo y pintura                         | M 17:00-19:00 h                                                 | A.V. FERIA DE MUESTRAS.<br><a href="mailto:avferiademuestras@gmail.com">avferiademuestras@gmail.com</a>                      |
| Corte y confección                       | M 10-11:30 h M 11:30-13:00 h<br>M 17:00-18:30 h M 18:30-20:00 h | A.V. MONASTERIO DE PRADO<br><a href="mailto:avvmonasterio@gmail.com">avvmonasterio@gmail.com</a>                             |
| Pintura                                  | X 16:00-18:00 h<br>J 11:00-13:00 h                              | PICTORICA ARTE<br><a href="mailto:revillatorresart.e@gmail.com">revillatorresart.e@gmail.com</a>                             |
| Modelismo                                | S 17:00-20:30                                                   | ASOCIATION CULTURAL VALLISOLETANA DE MODELISMO. 670 588 089                                                                  |
| Pintura<br>Scrapbooking<br>Pintura Manga | M 10:00-14:00 h<br>X 18:30 -20:30 h<br>V 11:30-13:30 h          | A.V PISUERGA HUERTA DEL REY<br><a href="mailto:vecinospisuerga@gmail.com">vecinospisuerga@gmail.com</a>                      |
| Dibujo y pintura                         | L 19:00-21:00 h                                                 | ROJO DE CADMIO<br><a href="mailto:cfgm00@gmail.com">cfgm00@gmail.com</a>                                                     |
| Taller de creación artística             | L 19:00-20:30 h                                                 | CONSEJO SOCIAL HUERTA DEL REY – GIRÓN Y VILLA DE PRADO<br><a href="mailto:agonalonso@ava.es">agonalonso@ava.es</a> 983360005 |