Yoga, ejercicio y enriquecimiento personal

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Yoga 1	L y X: 10:00 - 11:30	**AYUNTAMIENTO DE VALLADOLID** **(Actividad de inscripción previa)**
Yoga 2	M y J: 11:30 – 13:00	
Yoga 3	M y J:10:30 -12:00	
Yoga 4	L y J :12:00 -13:30	
Yoga 5	L y X: 18:00 – 19:30	
Yoga 6	L y X: 19:30 – 21:00	
Yoga 7	M y J: 18:00 – 19:30	
Yoga 8	M y J: 19:30 – 21:00	
Yoga 9	L y X: 16:30 – 18:00	
Yoga 10	M y J: 16:30 – 18:00	
Yoga 11	M y J: 09:00 – 10:30	
Taichí I	L y X : 10:00 – 11:00	**AV REINA JUANA** **avreinajuana@hotmail.com** **983220128**
Taichí II	L y X: 11:00 -12:00	
Estiramientos	M :11:00 -12:00	**LUZ (CIRCULO CULTURA POPULAR)** **Telf: 605567336**
Estiramientos	M :12:00 -13:00	
Estiramientos	J : 10:00 – 11:00	
Estiramientos	J 11:00 – 12:00	
Estiramientos	J 12:00- 13:00	
Estiramientos	V: 12:00- 13:00	
Bienestar Corporal	M : 10:00 -11:30	**LA BIEN PAGÁ** **Telf. 630 69 28 70**
Taller de memoria Personas mayores	L: 11:15 – 13:15	**CRUZ ROJA VALLADOLID** **osesar@cruzroja.es** **983132815**
Taller de memoria Personas mayores	X: 11:00 – 12:30	
Escuela de memoria I	X 10:00 – 11:30	**UNION CULTURAL ZONA SUR** **udcsur@gmail.com** **656837918**
Escuela de memoria II	M 10:00 – 11:30	
Escuela de memoria III	M 12:00 – 13:30	
Escuela de memoria VI	X 12:00 – 13:30	
Escuela de memoria V	V 10:00 – 11:30	
Escuela de memoria VI	V 12:00 – 13:30	
Mindfulness	V 11:00 - 12:30	
Mindfulness	S 18:00 – 19:30	

Programa de actividades curso 2026-2027

CENTRO CÍVICO ZONA SUR

Ayuntamiento de Valladolid

Mindfulness	S 20:00 – 21:30	

Teatro, baile y música

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Sevillanas	L y X 11:00 - 13:00	**AME (ESCUELAS DE ISABEL LA CATOLICA)** mariapazariassoriano@gmail.com **676666011**
Sevillanas	X 17:00 – 18:00	**LUZ (CIRCULO CULTURA POPULAR)** **Telf: 605567336**
Sevillanas Perfeccionamiento	X 18:00 – 19:00	
Sevillanas y flamenco	18:00 – 19:30	
Rumbas	L 18:15 – 19:30	**TEATRO DEL AIRE** teatrodelaire@hotmail.com **609014182**
Flamenco adultos	L 19:30 – 20:45	
Bailes latinos	X 17:30 – 18:45	**BAILASALSA** **bailasalsa@bailasalsa.es** **609979997**
Bailes latinos iniciación	X 18:50 – 20:05	
Bailes latinos medio	X 20:10 – 21:25	
Danzas tradicionales	S 18:00 – 20:00	**LA TREBEDE** latrebedevalladolid@yahoo.es **679144821**
Danzas del mundo	M 18:00 – 21:30	**RADALAILA** radalaila@hotmail.com
Ensayo coral	M 18:00 – 20:00	**CORAL CASTILLA** infocoralcastilla@gmail.com **629843397**
Ensayo coral	J 19:00 21:00	
Coro	X y J 19:30 21:30	**VOCES DEL PISUERGA** valderroyal@hotmail.com **649887476**
Teatro La Mascara	L : 18:30 - 20:00	**AV REINA JUANA**
Teatro La Mascara	X : 19:00 - 20:30	avreinajuana@hotmail.com **983220128**
Ensayos de teatro	M: 19:00 – 21:30	**DIAMANTE PRODUCCIONES** diamante@asociaciondiamanteproducciones.com **695953949**

Concejalía de Participación Ciudadana y Deportes

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

Pintura, manualidades, labores

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Pintura	M : 10:00 -12:00	**AV REINA JUANA** avreinajuana@hotmail.com **983220128**
Bolillos	L : 10:00 - 12:00	
Cocina I	X : 11:30 – 13:30	
Cocina II	X 17:00 - 19:00	
Cocina III	X: 19:15 – 21:15	
Pintura y dibujo	M 18:30 – 20:30	**ART-E (AS. PICTORICA)** Revillatorresart.e@gmail.com **618386148**
Pintura y dibujo	X 11:30 – 13:30	
Pintura al óleo	M 18:30 – 20:30	**LUCES Y SOMBRAS**
Pintura al óleo I	M 18:00 – 20:00	**UNION CULTURAL ZONA SUR** udcsur@gmail.com **656837918**
Pintura al óleo II	X 10:00 – 12:00	
Pintura al óleo III	X 16:30 – 18:30	
Pintura al óleo IV	X 18:30 – 20:30	
Cocina I	M 17:00 – 18:30	
Cocina II	M 19:00 – 20:30	
Óleo-acrilico	L 11:15 – 12:30	**TEATRO DEL AIRE** teatrodelaire@hotmail.com **609014182**
Acuarela	M 11:15 – 12:30	
Carboncillo y acrílico	X 10:00 – 11:15	
Acuarela	J 18:15 – 19:30	
Taller de mandalas	L y J 12:00 – 14:00	**BIBIOTECA ROSA CHACEL**
Corte y confección VI	J 10:00 – 11:30	**A.V. MONASTERIO DEL PRADO** avvmonasterio@gmail.com **627028263**
Corte y confección VII	J 11:30 - 13:30	
Corte y confección X	J 16:45 - 18:15	
Corte y confección IX	V 17:00 - 18:30	
Corte y confección VIII	V: 18:30 – 20:00	

Cultura y formación

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
HISTORIA DE ESPAÑA - SIGLOS XVII Y XVIII	L 9:30 - 11:30	**P. MUNICIPAL DE APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA** **Telf.: 983 21 01 62**
HISTORIA DE ESPAÑA - SIGLOS XVII Y XVIII	L 11:30 - 13:30	
Tertulia, literatura y cine	J 10:30 - 12:30	
Inglés A2	X 9:30 - 11:30	
Historia de Valladolid	M 9:30 - 11:30	**AV REINA JUANA** **avreinajuana@hotmail.com** **983220128**
Historia de Valladolid	M 11:30 - 13:30	
Historia de Valladolid	X 11:30 - 13:30	
Historia de Valladolid	L 11:30 - 13:30	
Arte I	M 10:00 - 12:00	
Arte II	X 16:00 - 18:00	
Arte III	J 10:00 - 12:00	
Arte IV	V 10:00 - 12:00	
Ingles perfeccionamiento	L y V: 10:00 - 11:00	
Inglés perfeccionamiento 5º año	L y V: 18:30 – 19:30	
Descubre Valladolid	J 12:00 - 14:00	**TERRITORIO EXPERIDES** territorioexperides@gmail.com; **650485937**
Descubre Valladolid	M 19:00 - 21:00	
Descubre Valladolid	J 10:00 - 12:00	
Historia del Arte I	L 18:40 - 20:10	
Historia del Arte II	M 17:00 - 19:00	
Historia del Arte	X 19:00 - 20:00	
Historia del Arte	V 12:00 - 14:00	
Arte islámico y oriental	M 12:00 - 14:00	
Historia del Arte	J 17:00 - 18:30	
Historia del Arte	J 18:30 - 20:00	
Historia del Arte de CYL I	J 10:00 - 11:30	
Historia del Arte de CYL III	J 12:00 - 13:30	
Arte portugués I	V 10:00 - 12:00	
Arte portugues II	V 12:00 - 14:00	
Iconografía en la Historia del Arte	M 17:00 - 19:00	
Iconografía en la Historia del Arte	J 18:30 - 20:00	

Taller de escritura	L: 18:30 -20:00	**AS. PEREGRINO** **asociacionperegrino@gmail.com**

Actividades infantiles y juveniles

ACTIVIDAD	Horario	Información e Inscripciones
Desarrollo guiones	V 19:00 a 20:00	**TEATRO DEL AIRE** **teatrodelaire@hotmail.com** **609014182**
Teatro infantil	V 16:45 a 17:50 20:00 – 21:15	
Teatro infantil	V 17:50 – 18:55	
Teatro Juvenil	V 18:55 – 20:00	
Chiquisur	L y X :17:00 - 19:00	**CEAS ANIMACIÓN (Servicios Sociales)**
Pequesur	L y X :16:30 - 20:00	
Gransur	L y X :17:00 - 19:00	
Pequesur	M y J 17:00 – 19:00	
Cofu	M 17:00 – 19:00	
Aprende a dibujar + 10	S 10:15 - 11:45	**UNION CULTURAL ZONA SUR** **udcsur@gmail.com** **656837918**
Aprende a dibujar + 5	S 12:00 - 13:30	
Juegos Mesa	S: 17:00 - 19:00	**Rol Independiente Pucelano**
Clases de ajedrez	L 16:00 – 18:00	**Vallajedrez** **clubvallajedrez@gmail.com**
La hora del cuento		**BIBLIOTECA ROSA CHACEL**

Historia del Arte XII	L: 10:00 - 11:30	**A.V. MONASTERIO DEL PRADO** **avvmonasterio@gmail.com** **627028263**
Historia del Arte I	L 12:00 - 13:30	
Historia del Arte IV	M 10:00 - 11:30	
Historia del Arte XIV	M 12:00 - 13:30	
Historia del Arte V	M 17:00 - 18:30	
Historia del Arte VI	M 19:00 - 20:30	
Historia del Arte VII	X 10:00 - 11:30	
Historia del Arte XIII	X 12:00 - 13:30	
Historia del Arte XV	X 16:30 - 18:00	
Historia del Arte VIII	J 10:00 - 11:30	
Historia del Arte IX	J 12:00 - 13:30	
Francés	M : 12:00 - 13:30	**Pictórica Art´E** **Telf. 659 01 38 43**
Francés	J 17:00 – 18:30	
Cultura de repaso y memoria	M 12:00 – 13:30	
Cultura de repaso y memoria	X 12:00 – 13:30	
Adultos CEAS 1	M: 10:30-13:30	**CEAS ANIMACIÓN (Servicios Sociales) P.**
Historia del Arte I	M 17:45 - 18:45	**TEATRO DEL AIRE** **teatrodelaire@hotmail.com** **609014182**
Historia del Arte II	M 19:50 - 20:50	
Historia I	X 18:15 - 19:15	
Historia II	X 19:15 - 20:15	
Historia	X 20:15 - 21:15	
Historia I	J 18:30 - 19:30	
Historia II	J 19:30 - 20:30	
Inglés adultos iniciación	L 10:30 - 11:30	
Inglés adultos	X 10:30 - 11:30	
Inglés adultos	X 11:30 - 12:30	
Inglés adultos	X 12:30 - 13:30	
Cultura general I	L 17:00 – 18:30	**AME (ESCUELAS DE ISABEL LA CATOLICA)** **mariapazariassoriano@gmail.com** **676666011**
Cultura general II	X 17:00 – 18:30	
Cultura general III	J 17:00 – 18:30	
Club de Lectura Ultramar	X 18:00 – 19:00	**BIBIOTECA ROSA CHACEL**
Lectura en voz alta	V 11:30 – 13:00	
Club Lectura Rosa Chacel (mensual)	V 11:30 – 13:00	
Club Lectura Juan de Austria (mensual)	X 18:00 – 19:00	
Club Lectura Leoyentes (mensual)	X 18:00 – 19:00	
Taller de fotografía	M 19:00 – 21:00	**LUZART**
Formación y consulta	L 19:00 – 21:00	**MICOLOGIA AS. VALLISOLETANA**
Inglés	M 11:30 – 13:00	**UNION CULTURAL ZONA SUR** **udcsur@gmail.com** **656837918**
Informatica y aplicaciones móviles I	M 10:00 – 11:30	

Informatica y aplicaciones móviles II	J 10:00 – 11:30	
Informatica y aplicaciones móviles III	L 12:00 – 13:30	
Conferencias	L y J 17:30 – 18:30	**UNIVERSIDAD DE LA EXPERIENCIA**

LAS ACTIVIDADES PUEDEN 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/ Plaza Juan de Austria 11
Teléfono: 983 426336
Correo electrónico: cczs@ava.es