

Para mejorar tu formación  
y tu ocio

UNED

UNED



EMPLEO

MUJER

CULTURA



DEPORTES

JUVENTUD



INFANCIA



MAYORES

# Cursos y Talleres

2020  
2021

2020  
2021

# Cursos y Talleres

## ÍNDICE

- |  |    |                                   |    |
|--|----|-----------------------------------|----|
| • <b>EMPLEO</b>                          | 08 | • <b>DEPORTE</b>                  | 38 |
| Cursos de formación para el empleo       | 09 | Clases colectivas                 | 39 |
| VII edición Escuela Virtual de Formación | 12 | Deportes individuales             | 42 |
| Cursos de alfabetización digital         | 14 | Deportes de equipo                | 46 |
| Talleres y herramientas sociales         | 15 | Natación                          | 48 |
| • <b>UNED</b>                            | 16 | Competiciones                     | 54 |
| Cursos de acceso a la Universidad        | 17 | Abonos                            | 55 |
| • <b>LA CAJA DEL ARTE</b>                | 18 | • <b>MUJER</b>                    | 56 |
| Escuela de Música                        | 18 | Talleres para mujeres             | 57 |
| Escuela de Danza                         | 20 | • <b>JUVENTUD</b>                 | 60 |
| Escuela de Teatro                        | 21 | Formación                         | 61 |
| Nueva Escuela de Circo                   | 22 | Programa de actividades y salidas | 62 |
| • <b>CULTURA</b>                         | 23 | • <b>INFANCIA</b>                 | 64 |
| La Caja del Arte                         | 25 | Bebetecas, Ludotecas y Pequeteca  | 65 |
| Casa de la Cultura                       | 28 | • <b>MAYORES</b>                  | 66 |
| Centro Cultural El Parque                | 31 | Nuevo CANALMAYORES ONLINE         | 66 |
| Centro Cultural Rafael Alberti           | 34 |                                   |    |
| Centro Cultural Las Fronteras            | 37 |                                   |    |



**Ignacio Vázquez**  
Alcalde

Estimado/a vecino/a:

Empezamos un nuevo curso esta vez muy distinto al de otros años, al tener que convivir con esta nueva realidad que nos ha impuesto el coronavirus. Eso sí, lo hacemos cargados de ilusión por renovar nuestra oferta de cursos y talleres en diferentes disciplinas como Empleo, UNED, Cultura, Deportes, Mujer, Juventud, Infancia y Mayores. Para compaginar estas actividades con la actual situación de pandemia, se han reducido el número de alumnos por aula, incrementado las labores de limpieza en las aulas y diferentes espacios, así como potenciado las medidas higiénico-sanitarias y de distanciamiento social, porque nuestra prioridad es la salud. Queremos que no dejes de practicar tus actividades favoritas siempre con la mayor seguridad posible.

Ante la nueva situación sanitaria, hemos potenciado la formación on line, ofreciendo un total de 141 cursos a través de la séptima edición de la Escuela Virtual de Formación. Los interesados disponen de 22 cursos más que el año pasado con novedades como Seguridad Informática, Gestión efectiva del teletrabajo, Atención al cliente on line, entre otros. También se mantiene el Centro de Formación de Excelencia donde se ofrecen a los torrejoneros y torrejoneras los recursos necesarios para mejorar su empleabilidad, recibiendo formación en aquellos puestos de trabajo que más demandan las empresas del Corredor del Henares. Para esta nueva edición se han programado 16 cursos de diferente temática como Manipulación de alimentos incluyendo el protocolo Covid-19, Comercio electrónico y Curso de carretillero y terminales de radiofrecuencia, entre otros. A estos se unen dos Itinerarios de Formación para el Empleo relacionado con el transporte y el comercio, y un total de 8 Certificados de profesionalidad para jóvenes relacionados

con la atención sociosanitaria y la gestión administrativa. También están programados los cursos de alfabetización digital y los talleres de formación. Entre todas las acciones conforman una programación de 174 cursos destinados a la formación para el empleo.

Otra manera de potenciar la formación semipresencial es contar con un recurso educativo en nuestra ciudad muy demandado como es el Centro Asociado UNED-MADRID Torrejón de Ardoz. Allí se pueden realizar los cursos de acceso a la Universidad para mayores de 25 y 45 años, además de 1º y 2º de Derecho y 1º y 2º de Administración y Dirección de Empresas. Cuenta también con el Centro Universitario de Idiomas Digital y a Distancia (CUID), que ofrece cursos de inglés en niveles B1 (intermedio) y B2 (avanzado) en modalidad semipresencial.

Hemos realizado un importante esfuerzo por mantener la variada oferta de talleres y cursos, que siempre ha caracterizado a los centros culturales, para que se puedan desarrollar con seguridad ante la situación de pandemia existente. En este programa encontrarás un abanico de talleres y cursos tan grande y variado como son tus gustos, aficiones o intereses formativos, culturales o artísticos; haciendo especial mención a La Caja del Arte-Centro de Artes Escénicas, que ofrece cursos en las disciplinas de Danza, Música y Teatro, junto a la Escuela de Circo, una novedad que se consolida.

La actividad en los centros deportivos municipales también se reanuda dada su gran aceptación, tanto en las disciplinas deportivas colectivas, como en las individuales. Esta variada programación se complementa con los talleres organizados por otras concejalías como Mujer, donde se ha duplicado la oferta de talleres y potenciado la formación on line, Juventud, Infancia y Mayores. Es en este último caso, el de los mayores, donde hemos realizado una oferta de talleres y actividades exclusivamente on line, debido a que son personas de alto riesgo.

Es, por lo tanto, una oferta de cursos y talleres muy amplia, que cambia y se adapta en función a los intereses e inquietudes de sus usuarios, así como a la situación sanitaria actual. Te animo a que formes parte de ella.

# MEDIDAS SANITARIAS DE OBLIGACIÓN EN LOS TALLERES Y CURSOS P

Los centros municipales seguirán las medidas de higiene y de la **Consejería de Salud de la Comunidad** y el protocolo según sea necesario.

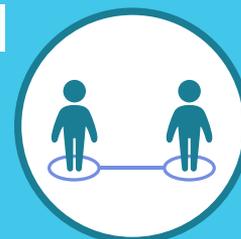
- Es obligatorio el uso de mascarilla en todo momento dentro del edificio.
- Todas las aulas serán desinfectadas o ventiladas al finalizar cada clase.
- Todos los alumnos deben traer su propio material personal (esterillas, pesas...)
- No se pueden compartir instrumentos de viento. La escuela dispone de algunos instrumentos que podrán ser cedidos a los alumnos por un periodo escolar, mediante sorteo si hubiese mucha demanda.
- En las aulas de informática se limpiarán los equipos al finalizar cada clase.
- Aforo limitado y distancia de seguridad.

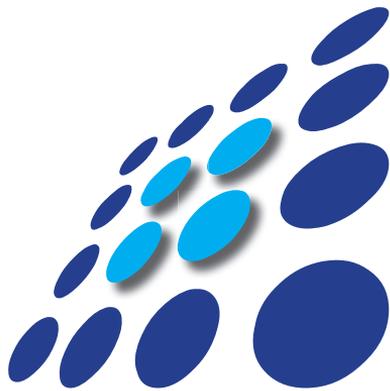


# IGADO CUMPLIMIENTO POR LA COVID-19

## Medidas del Ministerio de Sanidad Comunidad de Madrid, adaptando el

- Mantenimiento de distancia interpersonal de 1,5 metros.
- Se dispone de geles hidroalcohólicos, para la desinfección de las manos en las entradas de los centros, para todos los participantes antes y después de las actividades.
- No se puede permanecer en los pasillos del centro, salvo el tránsito de entrada/salida de clase y baños.
- Los alumnos deberán asistir al centro con la indumentaria adecuada para la realización del curso, no pudiéndose cambiar de ropa en las instalaciones.
- La entrada y salida en los centros municipales se debe realizar de manera respetuosa, siguiendo las indicaciones del personal del centro, facilitando la convivencia y tratando de no tocar en exceso las superficies comunes.





# CENTRO de FORMACIÓN EXCELEN

DE TORREJÓN DE A

UN ESPACIO DONDE SE  
OFRECEN LOS RECURSOS Y  
CAPACIDADES NECESARIOS PARA  
**MEJORAR LA EMPLEABILIDAD  
DE LOS TORREJONEROS**, SOBRE  
TODO DE AQUELLOS QUE SE  
ENCUENTRAN EN SITUACIÓN  
DE DESEMPLEO, **IMPARTIENDO  
LOS CURSOS MÁS DEMANDADOS  
POR LAS EMPRESAS  
DE LA ZONA**



**AYUNTAMIENTO**  
TORREJÓN  
DE ARDOZ

# ON de NCIA

A R D O Z



**A PARTIR DE OCTUBRE:**  
6 NUEVOS CURSOS FORMATIVOS PRESENCIALES DE  
DISTINTA DURACIÓN.

NUEVOS CERTIFICADOS DE PROFESIONALIDAD  
PARA JÓVENES, CON DURACIÓN ENTRE 310 Y 880  
HORAS, ITINERARIOS DE FORMACIÓN PARA EL  
EMPLEO (POEFE), CON DURACIÓN ENTRE 465 Y  
547 HORAS, ENMARCADOS EN LAS DEMANDAS  
EFECTIVAS DE LAS EMPRESAS DE NUESTRA  
CIUDAD Y EL CORREDOR DEL HENARES.

141 CURSOS DE LA VII EDICIÓN  
ESCUELA VIRTUAL  
DE FORMACIÓN.

# EMPLEO

## CENTRO DE FORMACIÓN DE EXCELENCIA Cursos presenciales

**REQUISITOS GENERALES** Cursos dirigidos preferentemente a personas desempleadas, que tendrán prioridad sobre las empleadas.

- **CRITERIOS DE SELECCIÓN:** para la asignación de plazas, además de cumplirse los requisitos específicos que en su caso exigiera cada curso, tendrá prioridad la antigüedad en la demanda de empleo, que para ser válida deberá estar actualizada.
- **INSCRIPCIÓN:** del 28 de septiembre al 15 de octubre de 2020.
- **FECHAS DE IMPARTICIÓN:** de octubre a diciembre de 2020.
- **INFORMACIÓN Y SOLICITUDES:** Oficina Municipal de Empleo.  
C/ Londres, s/n - Urb. Torrejón 2000  
Tel. 916 600 667 - Horario: de 08:00 a 14:00 h.  
e-mail: formacion@ayto-torrejón.es  
web: www.ayto-torrejón.es  
Concejalía de Empleo  
Debido a las especiales circunstancias derivadas de la crisis sanitaria se ruega se priorice la presentación telemática a través de la siguiente dirección de correo electrónico formacion@ayto-torrejón.es

### DOCUMENTACIÓN OBLIGATORIA A ENTREGAR CON LA SOLICITUD:

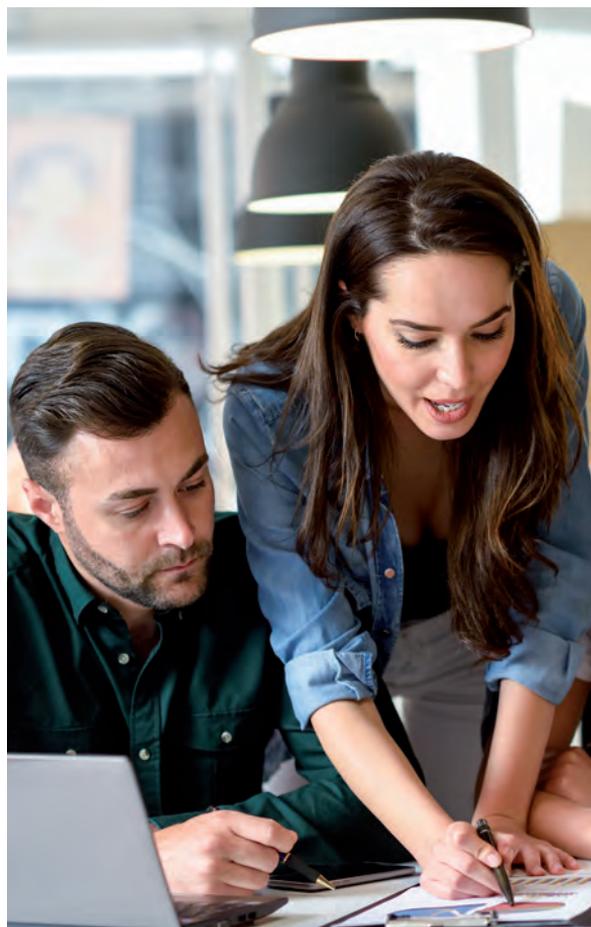
- Fotocopia de la **demanda de empleo** actualizada.
- Fotocopia del **DNI**.
- Si se requiere, fotocopia de la **titulación homologada**.

**NO SE RECOGERÁ NINGUNA SOLICITUD A LA QUE LE FALTE ALGUNO DE LOS DOCUMENTOS REQUERIDOS**

## VII Edición Escuela Virtual de Formación

- Cursos de formación gratuitos en **modalidad de autoaprendizaje**.
- Dirigidos a personas empadronadas en Torrejón de Ardoz, que tengan **16 años de edad o más y que posean correo electrónico**.
- La inscripción y el acceso a la plataforma virtual de formación, **se realizarán a través de la página web municipal** ([www.ayto-torrejón.es](http://www.ayto-torrejón.es)) **y de la bolsa de empleo** ([www.bolsaempleotorrejón.es](http://www.bolsaempleotorrejón.es)).
- Los usuarios /as aptos en cada curso podrán descargar su diploma desde la plataforma de la escuela.

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**



## CURSO DE CARRETILO Y TERMINALES DE RADIOFRECUENCIA

**Duración:** 12 h. 2 ediciones • **Alumnos/as:** 15 • **Requisitos:** Ser mayor de edad y tener el carnet de conducir.

## MARCA PERSONAL Y RRSS EN EL EMPLEO

**Duración:** 6 h. • **Alumnos/as:** 15. • **Requisitos:** No se requiere titulación previa.

## MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS (PROTOCOLO COVID-19)

**Duración:** 6 h. • **Alumnos/as:** 15. • **Requisitos:** No se requiere titulación previa.

**Adecco**  
Learning & Consulting

**Preventium®**  
Outsourcing asistencial y SPA

## EXCEL

**Duración:** 20 h. • **Alumnos/as:** 15 • **Requisitos:** Conocimiento de Excel Básico. **Objetivo:** Manejar la herramienta de Excel en sus funciones avanzadas y conectarlas con otras aplicaciones como Access o Word. **Contenidos:** Funciones, Bases de datos, Formularios, Análisis de datos y Macros.

## COMERCIO ELECTRÓNICO

**Duración:** 20 h. • **Alumnos/as:** 15 • **Objetivo:** Crear y gestionar negocios on line, trabajando en el posicionamiento de los productos o servicios así como en su comercialización. **Contenidos:** Plan estratégico para la puesta en marcha de un negocio de comercio electrónico, Marketing digital en comercio electrónico y Medios de pago.

**ididel**  
Innovación y desarrollo local

## CERTIFICADOS DE PROFESIONALIDAD PARA JÓVENES

NUEVO

- 1. ATENCIÓN SOCIO SANITARIA A PERSONAS DEPENDIENTES EN INSTITUCIONES SOCIALES** (450 horas) 2 Ediciones.
- 2. ATENCIÓN SOCIO SANITARIA A PERSONAS EN EL DOMICILIO** (600 horas).
- 3. ACTIVIDADES DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA** (880 Horas) 2 Ediciones.
- 4. OPERACIONES DE GRABACIÓN Y TRATAMIENTO DE DATOS Y DOCUMENTOS** (440 horas).
- 5. OPERACIONES AUXILIARES DE SERVICIOS ADMINISTRATIVOS Y GENERALES** (430 horas).
- 6. GESTIÓN DE LLAMADAS DE TELEASISTENCIA** (310 horas).
- 7. SISTEMAS MICROINFORMÁTICOS** (600 horas).
- 8. SEGURIDAD INFORMÁTICA** (500 Horas) 2 Ediciones.

**REQUISITOS:** Jóvenes que tengan entre 16 y 30 años inscritos como beneficiarios en el Fichero Nacional de Garantía Juvenil.

**Número de plazas por certificado:** 15 alumnos.

Los certificados tienen prácticas no laborales en empresas.

La selección se realizará en colaboración con la Oficina de Empleo de la Comunidad de Madrid de Torrejón de Ardoz.

**FECHAS DE INICIO:** Último trimestre de 2020.

**INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:**

OFICINA MUNICIPAL DE EMPLEO

C/ Londres, s/n, Urb. Torrejón 2000 – Tfno.: 916 600 667

e-mail: formacion@ayto-torrejón.es

CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,  
EMPLEO Y COMPETITIVIDAD  
**Comunidad de Madrid**

AGENCIA DE EMPLEO JUVENIL  
garantía juvenil

Unión Europea  
Fondo Social Europeo  
"El FSE invierte en tu futuro"



**1. ORGANIZACIÓN DEL TRANSPORTE Y LA DISTRIBUCIÓN** (465 horas con certificado de profesionalidad).

**2. ATENCIÓN COMERCIAL** (547 horas con certificado de profesionalidad).

**REQUISITOS:** Los destinatarios de los itinerarios formativos del proyecto serán personas desempleadas, inscritas como demandantes de empleo en los servicios públicos de empleo, que pertenezcan a colectivos vulnerables.

**Todos los itinerarios tienen:** Formación ESPECÍFICA, Formación TRANSVERSAL, PRÁCTICAS NO LABORALES en empresas, TUTORÍAS INDIVIDUALIZADAS, ORIENTACIÓN Y BECA ECONÓMICA.

**FECHAS DE INICIO:** Último trimestre de 2020.

**Nº DE PLAZAS POR ITINERARIO:** 15 alumnos.

**INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:**

OFICINA MUNICIPAL DE EMPLEO  
C/ Londres, s/n, Urb. Torrejón 2000 – Tfno.: 916 600 667  
e-mail: formacion@ayto-torreon.es

Ayudas del Fondo Social Europeo 2014-2020  
Programa Operativo de Empleo, Formación y Educación



## ESCUELA VIRTUAL DE FORMACIÓN

- Cursos de formación gratuitos en modalidad de autoaprendizaje.
- Dirigidos a personas empadronadas en Torrejón de Ardoz, que tengan 16 años de edad o más y que posean correo electrónico.
- Los usuarios/as aptos en cada curso podrán descargar su diploma desde la plataforma de la escuela.
- La inscripción y el acceso a la plataforma virtual de formación, se realizarán a través de la página web municipal ([www.ayto-torrejon.es](http://www.ayto-torrejon.es)) y de la bolsa de empleo ([www.bolsaempleoatorrejon.es](http://www.bolsaempleoatorrejon.es)).

### GUÍA ORIENTATIVA PARA INSCRIBIRSE

- 1º. En cualquiera de las dos direcciones electrónicas anteriores, pinchando en el banner "Nuevos cursos de formación on line" será dirigido a una nueva página, donde:
- 2º. Encontrará 3 cubos azules. Pinchando en el primero, "Nuevos usuarios y solicitud de cursos", será dirigido a una nueva página, donde:
- 3º. Encontrará una relación de todos los cursos con una descripción de su contenido, una demostración del mismo y su número de horas. Asimismo, si decide inscribirse, en la parte superior encontrará una "Identificación previa" que le pide su número de DNI/NIE dos veces y pulsar "enviar", realizado lo cual será dirigido a una nueva página, donde:
- 4º. Para inscribirse deberá rellenar los datos pedidos en el "Formulario de preinscripción en cursos gratuitos", y luego seleccionar el curso solicitado y a continuación dar al final de la página a "enviar".
- 5º. Usted recibirá por nuestra parte un correo de confirmación de inscripción en la Escuela Virtual de Formación que le llevará a un enlace. Pinche en este enlace y obtendrá un "login" y una clave para poder acceder a sus cursos.

CURSO	HORAS
<b>ÁREA ADMINISTRACIÓN Y OFICINAS</b>	
Actitud emprendedora y oportunidades de negocio	40
Análisis contable y financiero	45
Análisis contable y presupuestario	105
Aplicaciones informáticas de administración de RR.HH.	30
Básico de fiscalidad	40
Básico de gestión empresarial	30
Cálculo de prestaciones a la Seguridad Social	30
Cómo interpretar nóminas y seguros sociales	40
Cómo leer e interpretar las cuentas de una empresa	30
Contabilidad	50

CURSO	HORAS
Contabilidad financiera	30
Contabilidad para no contables	30
Contabilidad previsional	35
Contratación laboral	60
Creación de empresas	25
Facturación y control de stock	20
Gestión de costes	30
Gestión de nóminas y seguros sociales	50
Marketing y plan de negocio de la microempresa	40
Proyecto y viabilidad del negocio o microempresa	40
Retribuciones salariales, cotización y recaudación	90
<b>ÁREA COMERCIAL</b>	
Atención al cliente	30
Atención al cliente on line <b>NUEVO</b>	15
Comercio electrónico	40
Community Manager (nociones básicas)	20
Cómo conseguir más ventas en tu tienda on line con prestashop <b>NUEVO</b>	20
Cómo gestionar una tienda on line <b>NUEVO</b>	15
Iniciación a la analítica web <b>NUEVO</b>	20
Iniciación al posicionamiento en buscadores <b>NUEVO</b>	20
Marketing	50
Marketing digital <b>NUEVO</b>	20
Técnicas de relación comercial	80
Técnicas de venta	30
Tienda virtual: Prestashop	60
Venta on line	30
<b>ÁREA DE DISEÑO</b>	
Cómo retocar tus fotos con Photoshop <b>NUEVO</b>	20
Dreamweaver	60
Flash	60
Iniciación a Illustrator <b>NUEVO</b>	20
Photoshop	60
Wordpress	30
<b>ÁREA DE IDIOMAS</b>	
Alemán básico (A2)	100
Alemán para principiantes (A1)	100
Francés avanzado (C1)	100
Francés básico (A2)	100
Francés intermedio alto (B2)	100
Francés intermedio bajo (B1)	100
Francés para principiantes (A1)	100
Inglés avanzado (C1)	100
Inglés básico (A2)	100
Inglés de negocios	40
Inglés intermedio alto (B2)	100
Inglés intermedio bajo (B1)	100
Inglés para principiantes (A1)	100

CURSO	HORAS
Inglés para viajar	30
Inglés: atención telefónica	30
Inglés: escritura	30
<b>ÁREA INDUSTRIAL</b>	
Electricidad	80
Electrónica	80
<b>ÁREA DE LEGISLACIÓN</b>	
Cumplimiento de Ley de Protección de Datos en el teletrabajo <b>NUEVO</b>	10
El contrato de teletrabajo <b>NUEVO</b>	10
Legislación laboral básica	15
Ley de dependencia	20
Ley orgánica de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales	40
Prevención del blanqueo de capitales	30
Reglamento general de protección de datos	20
<b>ÁREA OFIMÁTICA</b>	
Access (XP)	30
Access 2016	30
Access avanzado (2010)	25
Access básico (2010)	25
Base de datos Access (2010)	50
Básico de internet	30
Básico de redes sociales	5
Competencias digitales avanzadas <b>NUEVO</b>	60
Competencias digitales básicas	60
Excel (XP)	30
Excel 2016	30
Excel avanzado (2010)	25
Excel básico (2010)	25
Experto en ofimática (2003)	30
Gestión remota de documentos y archivos <b>NUEVO</b>	20
Hoja de cálculo Excel (2010)	50
Internet para expertos	30
Ofimática (2010)	190
Ofimática avanzada (XP)	40
Ofimática básica (XP)	40
Outlook	20
Power Point (2007)	30
Power Point 2016	20
Power Point básico (2007)	15
Procesador de textos Word (2010)	30
Seguridad informática básica <b>NUEVO</b>	20
Sincronización y copia de seguridad <b>NUEVO</b>	20
Windows + Internet	30
Windows + Word	50
Word (XP)	30
Word 2016	30

CURSO	HORAS
Word avanzado (2010)	15
Word básico (2010)	15
<b>ÁREA DE PREVENCIÓN, CALIDAD Y MEDIOAMBIENTE</b>	
Alérgenos e intolerancias alimentarias	30
Básico de calidad	20
Básico de medioambiente	20
Básico de prevención de riesgos laborales	30
EFQM (V. 2020)	30
Función del mando intermedio en la prevención de riesgos laborales	30
ISO 9001:2015	30
Manipulador de alimentos (homologado)	10
Prevención de riesgos laborales en el teletrabajo <b>NUEVO</b>	15
Primeros auxilios (nociones básicas)	15
<b>ÁREA DE PROGRAMACIÓN</b>	
Programación .NET I	50
Programación .NET II	50
<b>ÁREA RECURSOS HUMANOS</b>	
Apoyo administrativo a la gestión de RR.HH.	60
Cómo mejorar la autoestima	20
Comunicación	20
Comunicación efectiva y trabajo en equipo	60
Comunicaciones entre equipos de trabajo <b>NUEVO</b>	20
Creación de equipos de trabajo	20
Dirección de proyectos	20
Dirección de reuniones	20
Dirección por objetivos	20
Experto en E-Learning <b>NUEVO</b>	70
Fijar objetivos para el teletrabajo <b>NUEVO</b>	20
Formación de formadores	20
Formación de teleformadores	20
Gestión del tiempo	20
Gestión efectiva del teletrabajo <b>NUEVO</b>	30
Habilidades para crecer (profesional y personalmente)	30
Habilidades sociales	20
Inteligencia emocional. Control del estrés	20
Liderazgo eficaz	20
Mediación y resolución de conflictos	20
Negociación colectiva	30
Organización del trabajo	20
Orientación laboral	40
Presentaciones eficaces	20
Recursos humanos para no expertos	40
Selección de personal	40
Sensibilización en la igualdad de oportunidades	20
Técnicas de productividad personal <b>NUEVO</b>	15
Teletrabajo: ¡me quedo! <b>NUEVO</b>	10
Teletrabajo reuniones por videoconferencia <b>NUEVO</b>	20



### APRENDER A COMPRAR POR INTERNET CON SEGURIDAD (10 horas)

**Descripción:** enseñar a los participantes a moverse con seguridad por Internet y a comprar o vender artículos por ese medio.

### INTERNET Y CORREO ELECTRÓNICO (10 horas)

**Descripción:** dotar al alumnado de las herramientas necesarias para utilizar correctamente Internet y el correo electrónico. Abrir archivos adjuntos, enviar documentos...

### MICROSOFT WORD (10 horas)

**Descripción:** acercamiento y profundización a las herramientas de word para facilitar el trabajo diario a través de la creación, la edición y el diseño de documentos.

### ALFABETIZACIÓN DIGITAL (20 horas)

**Descripción:** Curso de iniciación al uso del PC y funciones principales. Nivel de inicio destinado a personas que no tengan habilidad con el ordenador y principiantes. Primeros pasos con las herramientas esenciales: ratón, teclado, así como Word y Powerpoint básico.

### EJERCITA TU MEMORIA: (5 horas)

**Descripción:** actividad dirigida a los más mayores para fomentar el uso de las nuevas tecnologías como herramienta de mejora de cualidades intelectuales. Numerosos juegos de creatividad, inteligencia...

### GESTIONA Y CREA TU CUENTA DE CORREO (10 horas)

**Descripción:** destinado a aquellos que deseen aprovechar al máximo las posibilidades que ofrece esta forma de comunicación.

### DISEÑA TUS VACACIONES (10 horas)

**Descripción:** planifica y reserva tus vacaciones desde casa. A través de la web encontrarás multitud de ofertas para viajar a lugares maravillosos y emblemáticos de todo el mundo.

### JUEGOS DE INTELIGENCIA Y EDUCATIVO DE SOFTWARE LIBRE (20 horas)

**Descripción:** a través del software libre los niños encontrarán un conjunto de juegos educativos que comprenden diferentes áreas como las matemáticas, lenguaje, geografía... completándose con juegos de aprendizaje del uso del ordenador o juegos para el entretenimiento.

### REDES SOCIALES (10 horas)

**Descripción:** en esta actividad, los alumnos, realizarán una primera aproximación a la comunicación por Internet con el uso de facebook, reconociendo las diferentes partes que lo conforman y las principales operaciones que nos permiten su manejo. A través de este curso se dotará al alumno de las necesarias herramientas para el uso eficaz de la red social más extendida.

### BÚSQUEDA DE EMPLEO ON LINE (20 horas)

**Descripción:** enseñar a los participantes a crear su Currículo Vitae en digital, elaborar cartas de presentación, así como inscribirse y localizar ofertas a través de diversos portales de empleo y redes sociales.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:  
Telecentro Ciudadano - Torrejón Conecta  
C/ Ferrocarril, 27. Tel. 916 75 12 04.  
Horario de navegación libre y cursos:  
De lunes a viernes de 17:00 a 20:00 h.



## TALLERES Y HERRAMIENTAS SOCIALES

INSCRIPCIONES en el Teléfono: 916 78 19 10 y en el  
correo electrónico: [inmigracion@ayto-torrejon.es](mailto:inmigracion@ayto-torrejon.es)  
PLAZO DE INSCRIPCIÓN HASTA CUBRIR PLAZAS.  
Debido a la actual situación por Covid-19 los aforos serán limitados.



### “CONOCE TUS LEYES” **GRATUITO**

El objetivo del programa es dotar a los nuevos ciudadanos de conocimientos sobre la sociedad española para facilitar su integración en nuestra sociedad. Todos los asistentes recibirán un Diploma de Participación que servirá para acreditar la realización de los módulos formativos y así lo podrán adjuntar al tramitar la autorización de residencia temporal por arraigo social o en las renovaciones de las autorizaciones, en su caso. Para obtener dicho diploma, será necesario haber realizado los cuatro módulos: Marco constitucional, herramientas de acceso al empleo, normativa española de extranjería y recursos para la integración. **Días:** cita previa en Concejalía de Inmigración • **Duración:** 8 horas. Intensivo. Una vez al mes. • **Lugar:** Concejalía de Inmigración. Paseo de la Estación, 2. Teléfono: 91 678 19 10.

### TALLER DE CONOCIMIENTO CONSTITUCIONALES Y SOCIOCULTURALES **GRATUITO**

Adquisición de conocimientos básicos sobre la cultura española necesarios para la integración de la población extranjera en España. **Días:** Un día a la semana. • **Duración:** curso escolar. • **Lugar:** Concejalía de Inmigración. Paseo de la Estación, 2. Teléfono: 91 678 19 10.

### CURSO DE MONITOR DE COMEDOR ESCOLAR + CERTIFICADO DE MANIPULADOR DE ALIMENTOS (Impartido por AIDE)

Legislación actual de los comedores escolares en España, Nutrición, Planificación y Gestión del comedor, funciones y reglamento de un Monitor de Comedor, Atención y Educación de los niños y jóvenes en las diferentes edades, Juegos y juguetes, Patio escolar, enfermedades y alergias, Primeros Auxilios, Menús Escolares. Módulo de búsqueda de empleo. Certificado manipular de alimentos. **Días:** 17, 19, 24 y 26 de noviembre. 1, 3, 15 y 17 de diciembre de 2020 de 10 a 13 h. • **Duración:** 120 h. (24 horas presenciales más temario plataforma educativa). 80 h. prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid. • **Cuota:** 100 € el curso completo (incluye Seguro en Prácticas y Certificado Manipulador de Alimentos) • **Lugar:** C.C. Las fronteras.

### CURSO CELADOR EN INSTITUCIONES SANITARIAS (Impartido por AIDE)

En este curso se ofrece la capacitación necesaria para trabajar como celador en instituciones sanitarias, facilitándote los conocimientos y habilidades necesarias para desempeñar las funciones propias de este área de trabajo. **Días:** 19 de octubre al 16 de noviembre, lunes y viernes de 10:00 a 13:00 h. • **Duración:** 120 h. (24 horas presenciales más temario en plataforma educativa), 80 horas de prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica y serán dentro de la Comunidad de Madrid. • **Cuota:** 160 €. • **Lugar:** Lugar: C.C. Fronteras.

### CURSO DE ATENCIÓN Y EDUCACIÓN INFANTIL + CERTIFICADO MANIPULADOR DE ALIMENTOS (Impartido por AIDE)

La educación del niño de 0 a 3 años. Para trabajar como Cuidadora Infantil en el ámbito doméstico, como Auxiliar de Guardería o Ludoteca. *Búsqueda de empleo, El Cuidado del Niño, El Niño y la Familia, Desarrollo Afectivo y Emocional, Desarrollo Cognitivo y Motor, Orientaciones, Actividades, Juegos y juguetes, Rutinas: Nutrición, Sueño e Higiene. Primeros Auxilios.* **Días:** martes y jueves del 20 de octubre al 12 de noviembre del 2020 de 10 a 13 h. • **Duración:** 120 h. (24 horas presenciales más temario plataforma educativa), 80 h. prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid. • **Cuota:** 100 € el curso completo (incluye Seguro en Prácticas y Certificado Manipulador de Alimentos). • **Lugar:** C.C. Las Fronteras.

### CURSO DE MOZO DE ALMACEN- OPERADOR AUXILIAR DE ALMACEN + CARNET CARRETERILLO (Impartido por AIDE)

Para trabajar de mozo/a de carga y descarga, almacén y/o mercado de abastos. Conductores/as-operadores/as de carretilla elevadora. Embaladores/as-Empaquetadores/as, etiquetado, preparado de pedidos. Operario logística. *Búsqueda de empleo, operaciones auxiliares de almacenaje, preparación de pedidos, prevención de riesgos laborales, manipulación de cargas con carretilla elevadora.* **Días:** 4, 11, 18, 20, 23, 25 27 y 30 de noviembre de 2020 de 10 a 13 h. • **Duración:** 120 h. (24 horas presenciales más temario plataforma educativa), 80 h. prácticas. Las prácticas se realizarán al finalizar la parte teórica dentro de la Comunidad de Madrid. • **Cuota:** 160 € el curso completo (incluye Seguro en Prácticas y carnet de carretillero). • **Lugar:** C.C. Las Fronteras.

### CÓMO ESTUDIAR DE MANERA EFECTIVA: CONOCE TUS LEYES CAPACIDADES, MEJORA TUS NOTAS (Impartido por E-CUBO)

Taller de una hora y media dirigido a alumnos de ESO y Bachillerato que quieran conocer sus capacidades de aprendizaje para aprovecharla al máximo y mejorar sus notas. **Días:** Miércoles • **Cuota:** 25 € mes • **Lugar:** Centro Polivalente Abogados de Atocha.

### TALLER DE INTEGRACIÓN INTERLINGÜÍSTICO Y ALFABETIZACIÓN PARA MUJERES MARROQUÍES

#### **GRATUITO** Se imparte en dos centros:

- **Duración:** curso escolar. • **Lugar:** Centro Cultural Rafael Alberti.
- **Duración:** curso escolar. • **Lugar:** Concejalía de Inmigración. Paseo de la Estación, 2. Teléfono: 91 678 19 10.

# UNED

Centro asociado UNED-MADRID Torrejón de Ardoz  
Complejo Deportivo Zona Centro  
C/ Leandro Fernández Moratín (Barrio Verde)  
Tel: 916 76 63 54  
Fax: 916 56 41 16

## UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A DISTANCIA (UNED)

### NORMAS DE MATRÍCULA

#### Fechas provisionales

##### On line en [www.uned.es](http://www.uned.es):

- Plazos de admisión para estudios de Grado:  
Primer plazo: Del 7 julio al 22 octubre 2020.  
Segundo plazo: Del 8 febrero al 10 marzo 2021.
- Plazos de matrícula:
- Para Grados:  
Primer plazo: Del 7 de julio al 22 de octubre 2020.  
Segundo plazo: Del 8 de febrero al 10 de marzo 2021 (según normativa de la UNED).
- Para el Curso de Acceso a la Universidad Mayores de 25 y 45:  
del 7 de julio al 22 de octubre 2020.
- Para los cursos del Centro Universitario de Idiomas CUID: Del 10 de septiembre al 30 de octubre de 2020.

Durante todos los periodos de matriculación, habrá un servicio de ayuda a la matrícula en la sede de la UNED en Torrejón.

**Precio:** Las tasas establecidas en función de cada curso por la UNED.

Plazo de anulación y modificación de matrícula: una vez validada la matrícula no se admitirán cambios o anulaciones con derecho a devolución. Si modificación de asignaturas que no supongan variación en la liquidación total de la matrícula.

**Inicio del curso:** 5 octubre de 2020.

### TODAS LAS TUTORÍAS SON PRESENCIALES

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**

## CENTRO UNIVERSITARIO DE IDIOMAS A DISTANCIA DE LA UNED (CUID) INGLÉS NIVELES B1 (INTERMEDIO) Y B2 (AVANZADO) C1 (SUPERIOR) MODALIDAD SEMIPRESENCIAL EN UNED TORREJÓN - CURSO 2020-2021

Nota: Los cursos se impartirán con un mínimo de alumnos

#### Plazo provisional de matrícula para el curso académico 2020/2021

Plazo de matrícula Del 10 de septiembre al 30 de octubre 2020

**ESTA INFORMACIÓN ESTARÁ SUPEDITADA A LA NORMATIVA  
SANITARIA VIGENTE EN LA FECHA.**

Los niveles B1, B2 y C1 de Inglés del Centro Universitario de Idiomas Digital y a Distancia de la UNED han sido acreditados por la Asociación de Centros de Lenguas en la Enseñanza Superior (ACLES), dando derecho a la certificación CertAcleS, aceptada para el Reconocimiento para el profesorado del Ministerio de Educación, para el acceso a las Escuelas Oficiales de Idiomas y para estudios reglados de la UNED.

### HORARIO CUID (Horarios provisional) INGLÉS NIVELES B1, B2 Y C1 SEMIPRESENCIAL

NIVEL	DÍA	HORA
B1	Viernes	17:30-19:00
B2	Viernes	19:00-20:30
C1	Viernes	19:00-20:30



Más información  
en la web:  
[www.cuid.uned.es](http://www.cuid.uned.es)



## CURSO DE ACCESO A LA UNIVERSIDAD PARA MAYORES DE 25 Y 45 AÑOS (Horarios provisionales)

ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA
Introducción a ADE	L	16:00-17:00	Nociones Jurídicas Básicas	X	18:30-20:00
Lengua Castellana (*) (Apellidos A-L)	L	17:30-19:00	Fundamentos de Tecnología	X	19:00-20:30
Comentario de Texto (*) (Apellidos A-L)	L	19:00-20:00	Biología	X	20:00-21:30
Historia del Arte	L	20:00-21:00	Lengua Castellana (*) (Apellidos M-Z)	J	17:30-19:00
Inglés	M	16:30-18:00	Comentario de Texto (*) (Apellidos M-Z)	J	19:00-20:00
Matemáticas aplicadas a las Ciencias Sociales	M	18:00-19:30	Geografía	J	18:30-19:30
Matemáticas	M	19:30-21:00	Historia del Mundo Contemporáneo	J	19:30-21:00
Psicología	X	18:00-19:00			

## GRADO EN DERECHO (Horarios provisionales)

PRIMER CURSO						SEGUNDO CURSO					
Primer Semestre			Segundo Semestre			Primer Semestre			Segundo Semestre		
ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA
Introducción al Derecho Procesal	L	17:00-18:30	Derecho Romano	L	17:00-18:30	Derecho Civil II	M	17:00-18:30	Hacienda Pública	M	16:00-17:30
Civil I	L	18:30-20:00	Civil I	L	18:30-20:00	Derecho Administrativo II	M	18:30-20:00	Derecho Civil II	M	17:30-19:00
Fundamentos clásicos de la Democracia	L	20:00-21:30	Derecho Administrativo I	L	20:00-21:30	Derecho Constitucional II	M	20:00-21:30	Derecho Constitucional III	M	19:00-20:30
Teoría del Estado Constitucional	M	17:00-18:30	Derecho Constitucional I	M	17:00-18:30	Derecho Financiero y Tributario I	X	16:00-17:30	Derecho Financiero y Tributario I	X	16:00-17:30
Teoría del Derecho	M	18:30-20:00	Cultura Europea de España	M	18:30-20:00	Derecho Penal I	X	17:30-19:00	Derecho Penal I	X	17:30-19:00
Historia del Derecho	M	20:00-21:30				Economía Política	X	19:00-20:30	Derecho Eclesiástico del Estado	X	19:00-20:30

## GRADO EN ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS (ADE) (Horarios provisionales)

PRIMER CURSO						SEGUNDO CURSO					
Primer Semestre			Segundo Semestre			Primer Semestre			Segundo Semestre		
ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA	ASIGNATURA	DÍA	HORA
Introducción a la Microeconomía	X	16:45-18:15	Introducción a la Estadística	X	17:00-18:30	Microeconomía	L	16:00-17:30	Renta y Dinero	L	16:00-17:30
Introducción Economía de la Empresa	X	18:30-20:00	Historia de la Economía	X	18:30-20:00	Matemática Financiera	L	17:30-19:00	Introducción al Derecho	L	17:30-19:00
Matemáticas I	X	20:00-21:30	Contabilidad Financiera	J	16:00-17:30	Economía de la Empresa	J	16:00-17:30	Contabilidad Financiera Superior	L	19:00-20:30
Economía Mundial	J	17:00-18:30	Introducción a la Macroeconomía	J	17:30-19:00	Introducción al Marketing	J	17:30-19:00	Dirección de la Producción	J	18:30-20:00
Introducción a la Contabilidad	J	18:30-20:00	Introducción a las Finanzas	J	19:00-20:30	Matemáticas II	J	19:00-20:30	Estadística Empresarial	J	20:00-21:30



# LA CAJA DEL ARTE

CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS TORREJÓN DE ARDOZ

## PERÍODO DE MATRICULACIÓN:

**online:** del día 21 de septiembre al 5 de octubre en [www.cajadelarte.com](http://www.cajadelarte.com) y en [www.torrejocultural.es](http://www.torrejocultural.es)

**Presencial:** del 28 de septiembre al 5 de octubre (con cita previa) en horario de secretaría RECOGIDA DE SOLICITUDES.

## SORTEO: 6 de octubre. Aforo máximo 10 personas. SORTEO DE GRUPOS

(Lugar: Salón de Actos Casa de la Cultura). C/ Londres, 5. Hora: 12:00h.). El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.

**LISTAS PROVISIONALES:** 8 de octubre

**PERÍODO DE ALEGACIONES:** del 9 al 13 de octubre

**LISTAS DEFINITIVAS:** 14 de octubre

**HORARIO SECRETARÍA:** de lunes a viernes de 15:30 a 20:30 h.

**COMIENZO DE CURSO:** 15 de octubre de 2020

**NOTA:** El precio el mes de octubre será la mitad más matrícula.

**LUGAR:** C/ Joaquín Blume con C/ Eos.

**TEL.:** 912 35 31 99

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**



## ESCUELA DE MÚSICA



### ESPECIALIDADES INSTRUMENTALES

- **Cuerda:** Violín, violín celta, viola, violonchelo, contrabajo, guitarra clásica, guitarra flamenca, guitarra eléctrica, bajo y piano.
- **Viento:** Flauta, oboe, clarinete, fagot, trompa, trompeta, trombón, bombardino, acordeón y saxofón.
- **Percusión:** batería, timbales, xilófono, cajón flamenco, metalófono...
- **Canto lírico y moderno.**

**TARIFAS** (el precio va en función del número de horas de la clase o agrupación)

**NOTA:** El precio asignado a cada grupo tiene un incremento de 25 de matrícula.

- FORMACIÓN MUSICAL E INSTRUMENTAL: desde 50 €/mes.

(Consultar en Secretaría de La Caja del Arte los horarios de las especialidades instrumentales y agrupaciones).

De la mano de los mejores especialistas y con métodos pedagógicos coherentes pero atractivos, la Escuela de Música de La Caja del Arte, pretende acercar esta disciplina tanto a quienes desean convertir su aprendizaje en una actividad profesional, como a los que simplemente entiendan la práctica musical como afición o complemento cultural.

Con el objetivo de acercar una formación de calidad, la escuela ofrece formación musical e instrumental en varias especialidades, adaptadas a públicos de cualquier edad.

La música como actividad de grupo es fundamental para la formación del músico, así lo entendemos en La Caja del Arte y por eso en nuestra escuela puedes encontrar agrupaciones como el coro infantil y de adultos, combos de jazz, rock y funk-hop, orquestas de cuerda (para niños/as y adultos), ensambles, música de cámara, gran agrupación, etc.

Si te matriculas en la escuela de música dispondrás de aulas gratuitas para ensayar (consultar disponibilidad). Además, tenemos servicio de préstamo de instrumentos para los alumnos de la escuela (viento metal y viento madera).

**Nuevas especialidades:** ARMONÍA, DJ PRODUCTION, INFORMÁTICA MUSICAL, BATUCADA, CAJÓN FLAMENCO entre otras.

Por motivos sanitarios no se pueden compartir instrumentos de viento. La escuela dispone de algunos instrumentos que podrán ser cedidos a los alumnos por un periodo escolar, mediante sorteo si hubiese mucha demanda.

Taller	Grupo	Horario	Precio
Música y Movimiento 4 A	I	L-X 17:00-18:00	30 €/mes
Música y Movimiento 4 B	II	M-J 18:30-19:30	30 €/mes
Música y Movimiento 5 A	I	L-X 18:30-19:30	30 €/mes
Música y Movimiento 5 B	II	M-J 17:00-18:00	30 €/mes
Música y Movimiento 6 A	I	L-X 18:30-19:30	30 €/mes
Música y Movimiento 6 B	II	M-J 17:00-18:00	30 €/mes
Música y Movimiento 7 A	I	L-X 17:00-18:00	30 €/mes
Música y Movimiento 7 B	II	M-J 18:30-19:30	30 €/mes

Nivel	Curso	Grupo	Horario	Precio
Infantil	Lenguaje 1º A*	I	L-X 17:00-18:00	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 1º B*	II	L-X 18:30-19:30	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 1º C*	III	M-J 18:30-19:30	55 €/mes
	Lenguaje 1º D	IV	M-J 19:00-20:00	55 €/mes
	Lenguaje 1º E	V	L-X 18:00-19:00	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 1º F*	VI	M-J 18:00-19:00	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 2º A*	I	L-X 17:00-18:00	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 2º B*	II	M-J 17:30-18:30	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 2º C	III	M-J 20:00-21:00	55 €/mes
Infantil	Lenguaje 3º A*	I	L-X 18:30-19:30	55 €/mes
	Lenguaje 3º B*	II	M-J 18:00-19:00	55 €/mes
	Lenguaje 3º C	III	M-J 19:00-20:00	55 €/mes
	Lenguaje 4º A	I	L-X 20:00-21:00	55 €/mes
	Lenguaje 5º A	I	L 19:00-20:00	55 €/mes
	Lenguaje 6º A	I	M 19:00-20:00	55 €/mes

Los cursos de educación musical temprana de 0 a 3 años quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

# CENTRO CULTURAL RAFAEL ALBERTI

Subsede Escuelas de Danza, Teatro y Música de La Caja del Arte

Taller	Grupo	Horario	Precio
Predanza 4 a 6 años	I	L-X 17:30-18:30	40 €/mes
Pequemoderno 4 a 6 años	I	L-X 18:30-19:30	40 €/mes
Danza moderno 7 a 10 años	I	L-X 19:30-20:30	40 €/mes
Estimulación temprana 3 años	I	L-X 17:30-18:30	30 €/mes
Música y movimiento 4 años	I	M-J 17:30-18:30	30 €/mes
Música y movimiento 5 años	I	M-J 18:30-19:30	30 €/mes
Teatro musical 6 a 12 años	I	V 17:30-19:30	30 €/mes
Teatro musical 13 a 17 años	I	V 19:30-21:30	30 €/mes
Juego escénico 4 a 6 años	I	L-X 18:30-19:30	30 €/mes
Teatro juvenil 13 a 17 años	I	M-J 19:30-20:30	30 €/mes
Teatro adulto	I	M-J 20:30-21:30	30 €/mes

**NOTA:** El precio asignado a cada grupo tiene un incremento de 25 € de matrícula.

online: del día 21 de septiembre al 5 de octubre en [www.cajadelarte.com](http://www.cajadelarte.com) y en [www.torrejocultural.es](http://www.torrejocultural.es)

Presencial: del 28 de septiembre al 5 de octubre (con cita previa) en horario de secretaría.



19 | CURSOS Y TALLERES 2020 / 2021

# ESCUELA DE DANZA



En la Escuela de Danza de La Caja del Arte el alumno/a podrá conocer sus propias posibilidades de **recepción, expresión y comunicación** corporal, con lo que enriquecerá así su personalidad y despertará el dominio de la sensibilidad.

Contamos con **un plan de estudios completo**, dividido en edades y niveles de formación, además de asignaturas de especialización con las que el alumnado crece técnicamente a medida que profundiza en los movimientos.

Nuestro profesorado procede de importantes escuelas y conservatorios. Actualmente siguen en activo y compaginan su labor docente con diferentes compañías y proyectos profesionales.

	Taller	Grupo	Horario	Precio
DANZA CLÁSICA	Predanza 4-5 años	I	L-X 17:30-18:30	40 €/mes
	Predanza 4-5 años	II	M-J 17:20-18:20	40 €/mes
	Predanza 4-5 años	III	L-X 18:40-19:40	40 €/mes
	Iniciación Infantil 6-9 años	I	M-J 18:30-19:30	40 €/mes
	Intermedio Mixto a partir de 10 años	I	V 19:30-21:00	40 €/mes
DANZA ESPAÑOLA	Iniciación Infantil 6-9 años	I	L-X 17:20-18:20	40 €/mes
	Iniciación Infantil 6-9 años	II	M-J 17:20-18:20	40 €/mes
	Iniciación Adult@s	I	L-M 20:50-21:50	40 €/mes
	Intermedio Juvenil 9-12 años	I	L-X 18:30-19:30	40 €/mes
	Intermedio Adult@s	I	M-J 20:50-21:50	40 €/mes
	Avanzado Juvenil 12-16 años	I	M-J 19:40-20:40	40 €/mes
DANZA CONTEMPORÁNEA	Iniciación Infantil II 6-9 años	I	M-J 17:20-18:20	40 €/mes
	Iniciación Juvenil 9-12 años	I	M-J 18:30-19:30	40 €/mes
	Intermedio Adult@s	I	M-J 20:50-21:50	40 €/mes
	Avanzado Juvenil 12-16 años	I	M-J 19:40-20:40	40 €/mes
DANZA MODERNA	Pequemoderno 4 a 5 años	I	M-J 17:20-18:20	40 €/mes
	Moderno Infantil 6-9 años	I	L-X 17:20-18:20	40 €/mes
	Moderno Infantil 6-9 años	II	M-J 19:40-20:40	40 €/mes
	Moderno Infantil 10-12 años	I	L-X 18:30-19:30	40 €/mes
	Moderno Juvenil 13-16 años	I	L-X 19:40-20:40	40 €/mes
	Moderno Juvenil 10-15 años	I	M-J 19:40-20:40	40 €/mes
	Moderno Adulto a partir de 16 años	I	M-J 20:50-21:50	40 €/mes
ESPECIALIDADES	Sexy Stile 1er Trimestre Adult@s	I	L-X 20:50-21:50	40 €/mes
	Swing Adult@s	I	S 12:00-14:00	40 €/mes

\* En todos los cursos de contemporáneo y español se impartirá el clásico necesario para avanzar en la actividad.

**NOTA: El precio asignado a cada grupo tiene un incremento de 25 € de matrícula.**

# ESCUELA DE TEATRO



Dirigida a todos los públicos, abarca todos los ámbitos de la escena.

Pretende formar a sus alumnos/as en el campo de las artes escénicas de una forma íntegra y de **calidad** para permitirles incorporarse al mundo del espectáculo teatral con seguridad y enseñarles las **herramientas necesarias para trabajar encima del escenario**.

La formación teatral para niños/as y jóvenes desarrollará sus capacidades creativas y de expresión y utilizará el juego como fuente de aprendizaje. Gracias a la creación de un ambiente lúdico, los alumnos/as aprenderán los conocimientos de forma divertida y amena.

La forma se lleva a cabo en tres ciclos en función de la edad y de las capacidades de los alumnos.

Etapa	Taller	Grupo	Horario	Precio
TEATRO INFANTIL	Juego escénico de 4-6 años	I	L-X 17:20-18:20	30 €/mes
	Juego escénico de 4-6 años	II	M-J 17:30-18:30	30 €/mes
	Juego escénico de 4-6 años	III	S 10:00-11:30	25 €/mes
	Teatro creativo de 7-9 años	I	L-M 17:30-18:30	30 €/mes
	Teatro creativo de 7-9 años	II	M-J 18:30-19:30	30 €/mes
	Teatro creativo de 7-9 años	III	V 17:20-19:20	30 €/mes
	Teatro creativo de 7-9 años	IV	S 10:00-11:30	25 €/mes
	Iniciación teatral de 10-12 años	I	V 17:20-19:20	30 €/mes
	Iniciación teatral de 10-12 años	II	L 18:30-20:00	25 €/mes
	Teatro juvenil de 12 a 17 años	I	L 18:30-20:30	30 €/mes
	Teatro juvenil de 12 a 17 años	II	V 19:30-21:30	30 €/mes
TEATRO ADULTOS	Teatro adulto iniciación	I	L-X 20:10-21:40	45 €/mes
	Teatro adulto iniciación	II	S 11:45-13:45	30 €/mes
	Teatro adulto intermedio	I	M-J 19:40-21:40	50 €/mes
	Teatro edad de oro +60 años	I	L-X 10:30-12:00	30 €/mes
	Teatro edad de oro +60 años	I	L-X 18:30-20:00	30 €/mes
TEATRO MUSICAL	Teatro musical 6-9 años	I	M-J 17:30-18:30	30 €/mes
	Teatro musical 10-12 años	I	M-J 18:30-19:30	30 €/mes
	Teatro musical 12-17 años	I	V 19:30-21:30	30 €/mes
	Teatro musical adultos	I	M-J 19:30-21:30	50 €/mes
	Preparación a la RESAD	I	L-X 19:30-21:30	50 €/mes

**NOTA:** El precio asignado a cada grupo tiene un incremento de 25 € de matrícula.

# NUEVA ESCUELA DE CIRCO



**PERIODO DE MATRICULACIÓN:  
DEL 3 AL 16 DE SEPTIEMBRE.**

**LUGAR:** C/ Joaquín Blume con C/Eos

**TEL.:** 91 235 31 99

La escuela de circo es un espacio de aprendizaje artístico alternativo, lúdico, educativo y deportivo, dirigido tanto al público infantil, juvenil y adulto. La escuela de circo pretende ser un sitio donde aprender con profesionales las disciplinas circenses como las acrobáticas o aéreas entre otras.

**NOTA:** Consultar en secretaría de Caja del Arte

Actividad	Precio	Edad	Horario	Observaciones	
Aro aéreo	40 € + 25 € matrícula	6 a 15	1:30 h. semanal	Caja del Arte	<b>DISCIPLINAS AÉREAS</b> Proceso de transformación de distintas disciplinas artísticas y deportivas que combinan la danza con las artes circenses. Se realizan principalmente suspendido en el aire.
		16 +			
Acrokids	30 € + 25 € matrícula	6 a 14	1:00 h. semanal	Caja del Arte	<b>DISCIPLINAS ACROBÁTICAS</b> Actividad deportiva y también un arte escénica que implica equilibrio, agilidad y coordinación.
Acrobacias	30 € + 25 € matrícula	15 +	1:00 h. semanal	Caja del Arte	
Acrosport parejas	30 € + 25 € matrícula	18 +	1:00 h. semanal	Caja del Arte	
Cheerleader	30 € + 25 € matrícula	6 a 15	1:00 h. semanal	Caja del Arte	
		16 +			
Malabares	30 € + 25 € matrícula	8 a 15	1:00 h. semanal	Caja del Arte/ C.C. Rafael Alberti	
		16 +			
Equilibrio	30 € + 25 € matrícula	6 a 15	1:00 h. semanal	Caja del Arte/ C.C. Rafael Alberti	
		16 +			
Clown	30 € + 25 € matrícula	10 a 18	1:00 h. semanal	Caja del Arte/ C.C. Rafael Alberti	<b>CLOWN</b> El clown es una técnica o método de actuar, para la provocación de las emociones a través de la sátira, el juego, las acrobacias y demás técnicas circenses o teatrales.
Magia	30 € + 25 € matrícula	10 a 18	1:00 h. semanal	Caja del Arte/ C.C. Rafael Alberti	<b>MAGIA</b> Arte escénico que muestra las técnicas de manipulación de objetos, para asombrar a través de la confusión y la pantomima.



Los cursos de telas aéreas quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

# CULTURA

## CURSOS 2020-2021

### NORMAS DE MATRÍCULA

- **CALENDARIO DE MATRICULACIONES:**  
**online:** del día 21 de septiembre al 5 de octubre en [www.cajadelarte.com](http://www.cajadelarte.com) o [www.torrejoncultural.es](http://www.torrejoncultural.es)  
**Presencial:** se dará cita previa para matriculación presencial a partir del día 21 de septiembre en el teléfono 91 235 31 99 en horario de 09:30 a 13:30 h. Con esta cita previa se atenderá presencialmente en cada centro del 28 de septiembre al 5 de octubre, en horario de secretaría.
  - \* 6 de octubre, 12:00 h. SORTEO DE GRUPOS (Salón de Actos Casa de la Cultura. C/ Londres, 5).  
*El sorteo consiste en extraer una letra (A-Z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.*
  - \* 8 de octubre, EXPOSICIÓN LISTAS DE ADMITIDOS.
  - \* Del 9 al 13 de octubre, PLAZO PARA PRESENTAR BAJAS.
- **HORARIO:** de lunes a viernes, de 09:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.
- **INICIO DEL CURSO:** 15 de octubre de 2020.
- **CALENDARIO DEL CURSO:**
  - \* PERIODO I: de 15 de octubre a 19 de diciembre de 2020.
  - \* PERIODO II: de 11 de enero a 27 de marzo de 2021.
  - \* PERIODO III: de 5 de abril a 18 de junio de 2021.

Los precios del primer trimestre son únicamente para este periodo ya que se cobra nueve semanas y media en vez de once semanas, volviendo a su precio habitual (si la situación sanitaria lo permite) en el segundo trimestre. Las modificaciones de precio son las siguientes:

	periodo de 11 semanas	periodo de 9,5 semanas
cursos de 1,5 horas	48,00 €	41,45 €
cursos de 2 horas semanales	60,00 €	51,81 €
cursos de 3 horas semanales	72,00 €	62,18 €
Cursos de juventud	55,00 €	47,50 €
Cursos de mujer	31,50 €	27,20 €

**NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones, de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.**

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**

### NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Los alumnos no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida. En el caso de los talleres infantiles, deberán entregar y recoger a los menores en la puerta del aula donde se imparten las actividades.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeros y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
8. Para el buen desarrollo de las actividades, los alumnos deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.
9. Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de los alumnos.
10. No está permitido comer, fumar, beber... en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
11. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.
12. Los horarios, capacidades y aulas podrán verse modificadas atendiendo a las necesidades de funcionamiento del centro.



## NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Podrán inscribirse en los cursos/talleres, los mayores de 18 años, y los menores de edad, con autorización del padre, madre o tutor.
5. Los cursos/talleres infantiles estarán debidamente especificadas en la programación, considerándose por tanto el resto, exclusivamente para adultos.
6. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
7. En el caso de inscripciones de menores de edad, deberán presentar Libro de Familia y DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte del padre, madre o tutor, según proceda.
8. Para los cursos/talleres de Mayores será necesario acreditar-se con el carné de socio de centros de Mayores.
9. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
10. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
11. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
12. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
13. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
14. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
15. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
16. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
17. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas, podrán ser presentadas conjuntamente, determinando cuál de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza.
18. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia, etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
19. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
20. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
21. El material fungible para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
22. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
23. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
24. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.
25. En caso de la toma de nuevas medidas de limitación/suspensión de actividades presenciales debido a un repunte del COVID-19 una vez iniciado el curso, las actividades se podrán continuar de forma on-line/remota.

C/ Joaquín Blume con C/ Eos. • T. 912 35 31 98  
**Horario:** de lunes a viernes, de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

## CURSOS 2020-2021

# LA CAJA DEL ARTE



## CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

CURSOS/TALLERES	Días		Horario	Precio Período	Plazas
<b>ASTRONOMÍA</b>	Viernes		19:00-20:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DIBUJO Y PINTURA I</b> (a partir de 10 años)	Lunes		17:30-19:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DIBUJO Y PINTURA III</b>	Lunes		10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DIBUJO Y PINTURA INFANTIL I</b> (7-10 años)	Martes		17:30-19:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DIBUJO Y PINTURA INFANTIL II</b> (6-8 años)	Miércoles		17:30-19:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>GAP</b> (2 grupos)	Lunes	Miércoles	18:45-19:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
			20:00-21:00 h.		
<b>HIPOPRESIVOS</b>	Viernes		09:30-11:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS A1</b>	Lunes		17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS A2+</b>	Martes		19:45-21:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS CONVERSACIÓN 1</b>	Viernes		17:30-19:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS NIVEL 0</b>	Lunes		09:30-11:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ILUSTRACION DIGITAL JUVENTUD</b> (16-35 años)	Jueves		17:30-19:30 h.	<b>47,50 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>MAQUILLAJE INICIACIÓN</b>	Martes		17:30-19:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>MAQUILLAJE Y ESTILISMO AVANZADO</b>	Sábado		10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>PILATES</b> (5 grupos)	Martes	Jueves	10:45-11:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
			18:15-19:15 h.		
	Lunes	Miércoles	19:30-20:30 h.		
			20:45-21:45 h.		
			17:00-18:00 h.		



# CURSOS 2020-2021

## LA CAJA DEL ARTE



## CURSOS MONOGRÁFICOS

De octubre a diciembre de 2020

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>DECORACIÓN DE INTERIORES</b>	Viernes	19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>VIDEO PREMIER</b>	Lunes	09:30-11:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>PROGRAMACIÓN VIDEOJUEGOS Y ANIMACIONES. (6-9 años).</b> De 17 de octubre a 12 de diciembre de 2020.	Sábado	10:00-11:30 h.	<b>50 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ROBÓTICA Y PLACAS LEDs. (9-14 años).</b> De 17 de octubre a 12 de diciembre de 2020.	Sábado	11:45-13:15 h.	<b>50 €</b>	Sólo plazas disponibles

Nota: todos los cursos de informática se imparten en un aula con 12 ordenadores Mac.

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

Los cursos de bailes de salón y pilates rehabilitación quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.





C/ Londres, 5. • Tel. 916 74 98 70  
**Horario:** de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

## CURSOS 2020-2021

# CASA DE LA CULTURA

## CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>CUERPO Y MENTE:</b> Mezcla de yoga, taichí, pilates y relajación de forma coreografiada.	Sábado	10:15-11:45 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>CERÁMICA</b>	Lunes	18:30-21:30 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>CÓMIC INFANTIL (7 a 12 años)</b>	Sábado	11:00-13:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>CÓMIC, MANGA E ILUSTRACIÓN (13 a 18 años)</b>	Miércoles	19:15-21:15 h.	<b>47,50 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>CORTE Y CONFECCIÓN</b> (3 grupos)	Martes	18:00-19:30 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
		19:45-21:45 h.		
	Jueves	10:00-13:00 h.		
<b>COSTURA BÁSICA</b>	Lunes	10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DIBUJO Y PINTURA</b> (grupo 3)	Jueves	10:00-13:00 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DISEÑO WEB, E-COMMERCE Y GESTIÓN DE CONTENIDOS WEB</b> (grupo 1)	Lunes	19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>HIPOPRESIVOS</b>	Sábado	12:00-13:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>HISTORIA DEL ARTE</b> (Desde los inicios)	Miércoles	19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS 0.</b> Primer contacto con la lengua inglesa. Grupo 1	Jueves	17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS A1</b>	Lunes	17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS A1+</b>	Martes	17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS A2</b>	Miércoles	17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS A2+</b>	Martes	19:15-21:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INGLÉS B1+</b>	Lunes	19:15-21:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles

# CURSOS 2020-2021

## CASA DE LA CULTURA



Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
<b>INGLÉS CONVERSACIÓN</b> (grupo 2)	Sábado		10:30-12:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INTERNET, CORREO ELECTRÓNICO Y LA NUBE</b>	Jueves		18:45-20:15 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>LENGUA SIGNOS INICIACIÓN</b> (grupo 1)	Miércoles		09:30-11:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>LENGUA SIGNOS Nivel Medio</b>	Lunes		19:15-21:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>PILATES</b> (5 grupos)	Martes	Jueves	11:30-12:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	12:45-13:45 h.		
	Lunes	Miércoles	17:30-18:30 h.		
	Lunes	Miércoles	18:45-19:45 h.		
	Martes	Jueves	20:00-21:00 h.		
<b>SCRAPBOOKING</b>	Martes		18:15-20:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>TAICHI</b>	Viernes		09:30-11:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>YOGA</b> (9 grupos)	Lunes	Miércoles	10:45-12:15 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	09:00-10:30 h.		
			10:45-12:15 h.		
	Lunes	Miércoles	18:00-19:30 h.		
			19:45-21:15 h.		
	Martes	Jueves	18:15-19:45 h.		
			20:00-21:30 h.		
			16:15-17:45 h.		
Sábado		12:00-13:30	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles	

Nota: El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

Nota: Para todos los cursos de informática el sistema operativo es Windows.



# CURSOS 2020-2021 CASA DE LA CULTURA

## CURSOS MONOGRÁFICOS

De octubre a diciembre de 2020

CURSOS/TALLERES	Días	HORARIO	Precio Período	Plazas
<b>NUTRICIÓN DEPORTIVA</b>	Martes	19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles

\* El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.



Los cursos de aprende ordenador I y I, aprende movil y tablet, pilates rehabilitación, conoce Madrid, conoce y visita Madrid, bailes de salón, sevillanas, flamenco, patchwork y bolillos quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.



C/ Hilados, s/n. • Tel. 916 74 98 51  
**Horario:** de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

## CURSOS 2020-2021

# C.C. EL PARQUE



## CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
<b>AERO-ZUMBA</b>	Lunes	Miércoles	19:30-20:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ALEMÁN A1+</b>	Viernes		19:15-21:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ALEMÁN B1+</b>	Viernes		17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>BOLLYWOOD</b>	Viernes		19:45-21:15 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>CORTE Y CONFECCIÓN (3 grupos)</b>	Lunes		10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	19:30-21:00 h.	<b>62,18 €</b>	
	Jueves		10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	
<b>DIBUJO Y PINTURA (3 grupos)</b>	Miércoles		17:30-20:30 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Jueves		17:30-20:30 h.		
	Lunes		17:30-19:30 h.	<b>51,81 €</b>	
<b>FOTOGRAFÍA AVANZADO (3 grupos)</b>	Viernes		17:15-19:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	16:45-18:15 h.	<b>62,18 €</b>	
			20:15-21:45 h.		
<b>FOTOGRAFÍA INICIACIÓN (3 grupos)</b>	Miércoles		10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	20:00-21:30 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	18:30-20:00 h.		12
<b>FOTOGRAFÍA TALLER ABIERTO + PHOTOSHOP (2 grupos)</b>	Martes	Jueves	18:15-19:45 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Viernes		19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	12
<b>FRANCÉS A1+</b>	Miércoles		17:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>FRANCÉS CONVERSACIÓN</b>	Miércoles		19:15-21:15 h.	<b>51,81 €</b>	12
<b>GESTIÓN ADMINISTRATIVA Y SECRETARIADO</b>	Miércoles		19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>GUIARRA AVANZADO (de 2 a 3 años experiencia)</b>	Lunes	Miércoles	19:30-20:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles



# CURSOS 2020-2021

## C.C. EL PARQUE



Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
<b>ZUMBA</b> (2 grupos)	Lunes	Miércoles	18:15-19:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
			17:00-18:00 h.		
<b>ZUMBA FAMILIAR</b>	Viernes		17:30-19:00 h.	<b>45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>CATA DE VINOS</b>	Martes		19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles

Notas: sistema operativo para todos los cursos de informática es Windows.

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.

Para los cursos de cocina: los alimentos necesarios para impartir estos cursos no están incluidos en el precio.

## CURSOS MONOGRÁFICOS

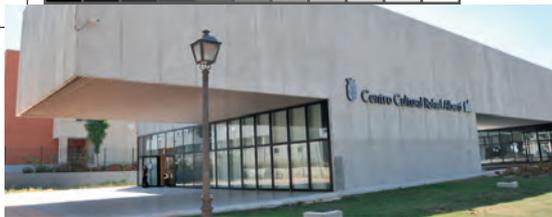
De octubre a diciembre de 2020

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>NUTRICIÓN Y DIETÉTICA</b>	Viernes	09:45-11:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ELABORACIÓN DIETAS SALUDABLES</b>	Viernes	12:00-14:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles

Nota: El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.

Para los cursos de cocina: los alimentos necesarios para impartir estos cursos no están incluidos en el precio.

Los cursos de historia de España, informática básica, novela española, pilates rehabilitación, visita y conoce Madrid I y II, bailes de salón, cocina, sevillanas, patchwork, bolillos y tapices quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.



C/ Cañada, 50. • Tel. 916 55 77 28  
**Horario:** de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

# CURSOS 2020-2021

## C.C. RAFAEL ALBERTI

### CURSOS ANUALES

15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas	
<b>CATA DE VINOS nivel 2. Vinos nacionales e internacionales.</b>	Sábado	11:45-13:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>CATA DE VINOS. Vinos nacionales e internacionales.</b>	Viernes	19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>DANZA BOLLYWOOD</b>	Viernes	17:30-19:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>DANZA BOLLYWOOD EN FAMILIA.</b> <i>(Forma de pago: adulto 100%, 1er niñ@ 50%, 2º niñ@ gratis. Máximo 2 niñ@s por adulto)</i>	Jueves	17:15-18:45 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>DANZA ORIENTAL</b>	Martes	17:15-18:45 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>DIBUJO Y PINTURA (2 grupos)</b>	Sábado	09:45-11:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
	Lunes	Miércoles	19:45-21:15 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (7-12 AÑOS)</b> <i>(2 grupos)</i>	Lunes	Miércoles	18:00-19:30 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Sábado		12:00-13:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ESCRITURA CREATIVA</b>	Sábado	10:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>GAP</b>	Martes	Jueves	20:15-21:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>INCIACIÓN AL MAQUILLAJE</b>	Jueves	18:30-20:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>INGLÉS A2+</b>	Lunes	19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>INGLÉS B1</b>	Jueves	19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>INGLÉS CONVERSACIÓN I</b>	Miércoles	19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>PILATES (17 grupos)</b>	Martes	Jueves	09:00-10:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	10:15-11:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	11:30-12:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles

# CURSOS 2020-2021

## C.C. RAFAEL ALBERTI



Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
<b>PILATES</b> (17 grupos)	Lunes	Miércoles	16:45-17:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	19:15-20:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	18:00-19:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	19:15-20:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	20:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	19:00-20:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	11:00-12:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	17:00-18:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Viernes		19:15-20:45 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	18:15-19:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	20:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Sábado		10:00-11:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	09:45-10:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	19:15-00:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>PNL (Programación Neurolingüística) y Mindfulness:</b> Son una serie de técnicas y herramientas psicológicas desarrolladas para ayudarnos de forma práctica a mejorar nuestra actitud frente a la vida.	Jueves		17:15-19:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>YOGA EN FAMILIA</b>	Viernes		18:15-19:45 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>YOGA</b> (5 grupos)	Lunes	Miércoles	16:45-18:15 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	18:30-20:00 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Lunes	Miércoles	20:15-21:45 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Viernes		20:00-21:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Sábado		10:00-11:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>YOGA NIDRA Y MINDFULNESS</b> (2 grupos)	Lunes		11:45-13:15 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Jueves		19:30-21:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles



# CURSOS 2020-2021

## C.C. RAFAEL ALBERTI

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas	
<b>ZUMBA EN FAMILIA</b>	Sábado	11:45-13:15 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles	
<b>ZUMBA (4 grupos)</b>	Martes	Jueves	18:00-19:00 h.	Sólo plazas disponibles	
	Martes	Jueves	20:30-21:30 h.	Sólo plazas disponibles	
	Sábado		10:00-11:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
	Martes	Jueves	16:45-17:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles

\* El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

## CURSOS MONOGRÁFICOS

### De octubre a diciembre de 2020

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>ROBÓTICA LEGO WEDO 2.0 (6 a 9 años).</b> <i>Materiales para la realización del curso incluidos.</i> Del 8 de octubre a 26 de noviembre de 2020	15 de octubre a 3 de diciembre	17:45-19:15 h.	<b>50 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ROBÓTICA EDUCATIVA (6 a 9 años).</b> <i>Materiales para la realización del curso incluidos.</i> Del 6 de octubre a 24 de noviembre de 2020	20 de octubre a 8 de diciembre	18:00-19:30 h.	<b>50 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>HABILIDADES DE COACHING NIVEL I.</b>	Lunes	19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>NUTRICIÓN Y DIETÉTICA MÓDULO I.</b>	Miércoles	19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>ELABORACIÓN DE DIETAS SALUDABLES</b>	Miércoles	17:15-19:15 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
<b>TÉCNICAS PARA EL BIENESTAR Y MINDFULNESS</b>	Lunes	10:00-11:30 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles

\* El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

Los cursos de quiromasaje y reflexología podal, masaje ayurveda y Reiki, quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

C/ Salvador Allende, 7. • Tel. 916 74 97 72  
Horario: de 9:30 a 13:30 h y de 17:00 a 19:00 h.

## CURSOS 2020-2021

# C.C. LAS FRONTERAS



## CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período	Plazas
CATA DE VINOS	Martes		19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
CÓMO HABLAR EN PÚBLICO	Martes		18:00-20:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN	Martes		19:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
DANZA BOLLYWOOD EN FAMILIA	Viernes		17:30-19:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL	Jueves		17:30-19:00 h.	<b>41,45 €</b>	Sólo plazas disponibles
GAP I	Martes	Jueves	19:30-20:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
HIPOPRESIVOS	Martes	Jueves	19:45-20:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
INGLÉS 0	Lunes		17:30-19:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN	Lunes		19:30-21:30 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
PILATES II	Lunes	Miércoles	18:45-19:45 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
PILATES III	Lunes	Miércoles	20:00-21:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
TÉCNICAS PARA EL BIENESTAR	Martes		18:00-20:00 h.	<b>51,81 €</b>	Sólo plazas disponibles
YOGA	Lunes	Miércoles	20:00-21:30 h.	<b>62,18 €</b>	Sólo plazas disponibles

\* El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

Los cursos de bolillos, conocer Madrid, pilates rehabilitación y pachwork quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

# DEPORTIVA

Las condiciones detalladas en el folleto están condicionadas por la evolución de la pandemia COVID-19

## CLASES COLECTIVAS DEPORTES INDIVIDUALES DEPORTES DE EQUIPO NORMAS DE MATRÍCULA

### 1. IMPRESOS Y DOCUMENTACIÓN

Cumplimentar debidamente la solicitud de inscripción: datos personales, de actividad y bancarios, aportando justificante de los mismos (cartilla, recibo domiciliado, etc.).

Los impresos están disponibles en nuestras oficinas de atención al público, en nuestros puntos de control e inscripciones y en nuestra página web.

### 2. PAGO DE INSCRIPCIONES

Abonar cuota correspondiente al primer bimestre/trimestre en metálico o con tarjeta y **12,10 euros** en concepto de matrícula (**6,00 euros** con ADM). Se abonará una matrícula por cada actividad (descuento del 50% a partir de la 2ª matrícula).

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la Concejalía de Deportes, se añadirán **3 euros** a los precios de las actividades.

**En caso de no comunicar baja (mediante impreso de solicitud de baja), se renovará la actividad automáticamente, generando el pago mediante domiciliación bancaria.**

La devolución de un recibo impedirá tener acceso a cualquier actividad hasta que éste no sea abonado.

**Las escuelas deportivas ofertadas tienen un coste anual que se abonará en forma bimestral o trimestral dependiendo del caso.**

**Los precios de las escuelas deportivas se incrementarán en un 25% para los no empadronados y en 3 euros la matrícula.**

### 3. BAJAS O RENUNCIAS

Para tramitar la baja se deberá entregar el impreso de solicitud de baja.

**La solicitud debe presentarse con anterioridad a la finalización del mes en curso. Si no se generará el pago sin posibilidad de devolución.**

El simple hecho de no asistir a clase no exime del pago del correspondiente trimestre/bimestre.

Si una persona se da de baja en una actividad y se da de alta en otra o en la misma durante el mismo curso, abonará matrícula.

El importe de la matrícula y del carnet no se devolverán en ningún caso.

### 4. RESERVA DE PLAZA

Los/as alumnos/as inscritos/as en el último trimestre/bimestre 20/21 podrán optar por reservar su plaza para el curso 21/22 (dependiendo de la programación de los grupos en el nuevo curso).

### 5. A TENER EN CUENTA

Los Abonados Deportivos Municipales (ADM) obtendrán descuentos en la práctica totalidad de las actividades.

Las actividades comenzarán el día 15 de octubre y finalizarán el 31 de mayo, en actividades acuáticas y el viernes de junio en el que se inician las Fiestas Populares para clases colectivas, deportes individuales y deportes de equipo.

El calendario de clases se interrumpirá en los siguientes periodos: Navidad, Semana Santa, un puente comprendido entre los meses de octubre a diciembre y un puente comprendido entre los meses de enero a junio. Las fechas concretas se anunciarán oportunamente.

La Concejalía se reserva, por necesidades de programación, el derecho a suprimir o reordenar grupos y horarios de las actividades.

En las clases que se suspendan por causas climatológicas o causa de fuerza mayor no se recuperarán ni se devolverá el dinero.

### 6. EDADES

La edad de cada grupo se comunicará en cada caso.

**ESTA NORMATIVA SERÁ APLICABLE A TODAS LAS ACTIVIDADES SALVO EN LAS QUE SE INDIQUE LO CONTRARIO.**

# CLASES COLECTIVAS

## NUEVAS INSCRIPCIONES

- Complejo Deportivo "El Juncal"** (C/ Londres, 25)
  - 28 septiembre concertando cita previa tlf: 91 677 90 70.
- Ciudad Deportiva "Joaquín Blume".  
Complejo Deportivo "Londres"**
  - 28 septiembre concertando cita previa tlf: 91 656 31 11 y 91 656 14 83.

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL

- Complejo Deportivo "J.A. Samaranch"**
  - 28 septiembre concertando cita previa tlf: 91 677 33 08.

## VER NORMATIVA GENERAL DE INSCRIPCIONES

## BAILE INFANTIL

Nacidos desde 2013 a 2015

Trabajo psicomotor a través del baile.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L-X	16:45 - 17:30
	V	18:00 - 18:45

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).

1 día (45 minutos) - 14,00 €/trimestre (ADM 9,50 €).

## FUNKY-JAZZ INFANTIL I

Nacidos desde 2009 a 2012

Clase coreografiada donde el baile es el protagonista.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L-X	17:30 - 18:15
C.D. EL JUNCAL	M-J	17:15 - 18:00

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).

## FUNKY-JAZZ INFANTIL II

Nacidos desde 2005 a 2008

Clase coreografiada donde el baile es el protagonista.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L-X	18:15 - 19:00
C.D. EL JUNCAL	M-J	18:00 - 18:45

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).

## DANCE FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2004

Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de todos los tiempos.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L o X	19:00 - 19:45
	M o J	19:00 - 19:45
C.D. EL JUNCAL	L-X	20:30 - 21:15
	M-J	19:45 - 20:30
		20:30 - 21:15

2 días (45 minutos) - 38,80 €/trimestre (ADM 29,40 €).

1 día (45 minutos) - 19,38 €/trimestre (ADM 14,70 €).

## AERO-FUSSION

Nacidos desde 1961 a 2004

Si te gusta bailar aerobic-step en todas sus modalidades, aprender una coreografía continua y divertida, esta es tu clase.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	M-J	19:45 - 20:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).



## DEPORTES CLASES COLECTIVAS

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL.

### PILATES MAT

#### Nacidos en 2004 y anteriores

Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	L-X-V	11:15 - 12:00 12:00 - 13:00
	L o X	19:45 - 20:30 20:30 - 21:15
	M o J	10:00 - 11:00 13:00 - 13:45 18:45 - 19:45
	M-J	09:15 - 10:00 11:00 - 12:00 12:00 - 13:00
C.D. LONDRES	M-J	09:15 - 10:00 10:00 - 10:45 16:15 - 17:00
C.D. JOAQUÍN BLUME	L-V	09:15 - 10:00 10:00 - 10:45
	L-X-V X	16:15 - 17:00 09:15 - 10:00

3 días (45 minutos) - 47,70 €/trimestre (ADM 37,80 €).

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre (ADM 25,20 €).

3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre (ADM 50,40 €).

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).

1 día (45 minutos) - 17,35 €/trimestre (ADM 12,60 €).

1 día (1 hora) - 23,19 €/trimestre (ADM 16,80 €).

### CARDIO-TONO

#### Nacidos desde 1961 a 2004

Actividad que busca como objetivo una mejora de la condición física en general, realizando ejercicios de fuerza, equilibrio, resistencia, flexibilidad y coordinación con trabajo cardiovascular permitiéndote llevar una vida más saludable.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	L-X-V	10:00 - 11:00
	M-J	11:00 - 12:00
C.D. LONDRES	L o X	19:45 - 20:45

1 día (1 hora) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €).

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).

3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre (ADM 50,40 €).

### ESPALDA SANA

#### Nacidos en 2004 y anteriores

Actividad para fortalecer la musculatura dorsal y corregir problemas posturales.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	X	10:00 - 10:45

1 día (45 minutos) - 17,35 €/trimestre (ADM 12,60 €).

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre (ADM 25,20 €).

### QUEMACALORÍAS (INTERVAL TRAINING)

#### Nacidos en 2004 y anteriores

Actividad de intensidad moderada con base musical que proporciona un gasto calórico tonificando tren superior, tren inferior, abdomen y glúteo, mediante distintos sistemas de entrenamiento (Interval, Circuitos, Tábata...).

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	L-X	17:45 - 18:45 18:45 - 19:45
	M-J	10:00 - 11:00 20:45 - 21:45
M-4	V	17:00 - 18:00
	L-X M-J	19:15 - 20:15 19:15 - 20:15

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).

1 día (1 hora) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €).

### BIENESTAR

#### Nacidos en 2004 y anteriores

Disciplina que fusiona Taichí, Yoga y Pilates, que hará sentir tu cuerpo y mente en armonía y libre de estrés, mediante ejercicios de tonificación y relajación. LLÉNATE DE ENERGÍA.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	M-J	09:00 - 10:00

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).

## DEPORTES CLASES COLECTIVAS

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



### ZUMBY-GYM

Nacidos desde 1961 a 2004

Si quieres ponerte en forma mediante sencillos pasos de ritmos latinos, esta es tu actividad.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L o X	20:45 - 21:45
1 día (1 hora) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €).		



### PREPARACIÓN FÍSICA

Nacidos desde 1961 a 2004

¿Crees que tienes buena condición física?

Haz tus entrenos más variados y divertidos mezclando ejercicios de cardio y de fuerza a la vez que mejoras tus habilidades y consigues tus objetivos.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN M-4 SONIA ABEJÓN	L-X	20:15 - 21:15
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).		

Los cursos de gimnasia suave quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

### RUNNING

Nacidos desde 1961 a 2004

Si tu pasión son las carreras populares o practicas el Running para mantenerte en forma, tienes que probar esta actividad.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	M-J	18:15 - 19:15 19:15 - 20:15
2 días (1 hora) - 32,20 €/trimestre (ADM 20,40 €).		

### PSICOMOTRICIDAD

Nacidos desde 2014 a 2016

Técnica que tiende a favorecer, por el dominio del movimiento corporal, la relación que el niño establece con el mundo que le rodea.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	L-X	16:45 - 17:45
2 días (1 hora) - 35,00 €/anual (ADM 25,00 €).		

### TAI-CHI CHUAN

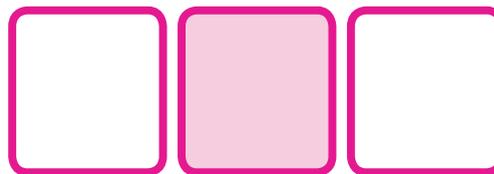
Nacidos en 2004 y anteriores

Arte marcial chino con múltiples beneficios para la salud.

Tfn: 638 07 35 82 (de lunes a jueves de 17.00 a 20.00)  
wushutorrejón@telefonica.net

Actividad promovida por Club Wushu Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	V	18:00 - 19:30 19:30 - 21:00
1 día (1:30 hora) - 34,80 €/trimestre (ADM 25,10 €).		





Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL

# DEPORTES INDIVIDUALES

– Actividades a través de convenios de colaboración con clubes deportivos de Torrejón de Ardoz.

## VER NORMATIVA GENERAL DE INSCRIPCIONES

Los clubes ofertan a través de los precios aquí reflejados, los correspondientes entrenamientos (escuelas). La actividad competitiva y opcional conllevará cuotas adicionales.

### ESGRIMA A PARTIR DE 8 AÑOS

Escuela dirigida por el medallista Olímpico José Luis Abajo "Pirri"

Actividad promovida por Sala de Armas Torrejón

PREINSCRIPCIÓN:

ccasanel27@gmail.com. Teléfono: 661 77 49 91.

Pabellón Jorge Garbajosa. Horario: 17:00 a 18:00 horas.

Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN JORGE GARBAJOSA L-X		17:00 - 18:00
ESGRIMA ADULTO (ESGRIMA OCIO)		19:00 - 21:00
ESGRIMA ADULTO (ESGRIMA OCIO) V		19:00 - 21:00

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €).

### BOXEO DEPORTIVO A PARTIR DE 10 AÑOS

INSCRIPCIONES: joseboxx@msn.com. Tlf: 639 08 02 18.

En Gimnasio Sakura.

Actividad promovida por Boxing Club Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
-------------	------	------

GIMNASIO SAKURA M-J 19:00 - 20:00  
20:00 - 21:00 adultos

C/ San Alfonso, 7 (Barrio San José)

INFANTIL: 2 días (1 h.) - 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €).

ADULTO: 2 días (1 h.) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,20 €)

### CICLISMO DESDE 4 AÑOS

Es necesario hablar previamente con el Club Ciclista Torrejón en horario de actividades. Inscripciones: en oficinas del Club (calle Londres, 25). escuelaclubciclistatorrejón@gmail.com Tlf: 685 96 97 33.

Actividad promovida por Club Ciclista Torrejón

#### CURSO DE ENERO A JUNIO

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
-------------	------	------

C.D. EL JUNCAL L a V según edad y nivel

2 días (1 hora) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).

### FRONTENIS DESDE 6 AÑOS

Es necesario hablar previamente con el Club Pelota Torrejón en horario de actividades. dajugon@hotmail.com. Tlf: 677 65 27 77.

Actividad promovida por Club Pelota Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
-------------	------	------

C.D. JOAQUÍN BLUME M-J 17:00 - 18:00

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €).

### TRIATHLON INFANTIL DE 6 a 18 AÑOS

PREINSCRIPCIÓN:

e-mail: Triatlontorrejón@hotmail.com

Horario: 18:00 a 20:00 horas.

A partir de los 19 años consultar en: 605 62 31 49

Actividad promovida por Club Triathlon Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
-------------	------	------

C.D. JOAQUÍN BLUME L-X según edad y nivel

2 días (1 hora) - 32,20 €/trimestre (ADM 20,40 €).

### ATLETISMO ADULTOS DESDE 16 AÑOS

PREINSCRIPCIÓN: dominguezmarcos@yahoo.es. Tlf: 659 00 98 71.

En C.D. Joaquín Blume.

Horario: 18:00 a 20:00 horas.

Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
-------------	------	------

C.D. JOAQUÍN BLUME L a V según edad y nivel

2 días (1 hora) - 32,20 €/trimestre (ADM 20,40 €).

### ATLETISMO INFANTIL DE 6 A 15 AÑOS

PREINSCRIPCIÓN: dominguezmarcos@yahoo.es. Tlf: 659 00 98 71.

En C.D. Joaquín Blume.

Horario: 17:30 a 19:30 horas.

Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
-------------	------	------

C.D. JOAQUÍN BLUME L a V según edad y nivel

## DEPORTES INDIVIDUALES

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



PREINSCRIPCIÓN: Tlf: 91 656 85 37. En la Sede del Club C.D. Parque Cataluña. (C/ Hilados, s/n). Horario: 18:00 a 20:00 horas.

Actividad promovida por Club Deportivo Parque Cataluña

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	según edad y nivel
2 días (1 hora) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).		

### AJEDREZ SEGÚN EDAD Y NIVEL

PREINSCRIPCIÓN: escuelas.ajedrez.torrejón@gmail.com

Tlf: 687 86 87 94. En la Sede del Club. C/ Granados, 29.

Horario: 11:00 a 12:00 horas.

Actividad promovida por Club Ajedrez Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C/ GRANADOS, 29	X	17:30 - 19:30
	V	17:30 - 19:30
	S	10:00 - 14:00

2 días (1 hora) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).

### ESCUELA MULTIDEPORTE NACIDOS DESDE 2012 A 2016

INSCRIPCIONES: C.D. Joaquín Blume y C.D. Londres, desde el 28 de septiembre concertando cita previa en los tlf: 91 656 31 11, 91 656 14 83 y 91 677 33 08. C.D. J.A. Samaranch desde el 1 de octubre.

**Pequeños Olímpicos** Actividad multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes de raqueta...)

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	L-X	17:15 - 18:15
	M-J	16:15 - 17:15
		17:15 - 18:15
PABELLÓN M-4	M-J	17:15 - 18:15
SONIA ABEJÓN		18:15 - 19:15
PABELLÓN J.A. PARAÍSO	L-X	17:15 - 18:15

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €).

### GINNASIA RÍTMICA A PARTIR DE 5 AÑOS

INSCRIPCIONES:

escuelas@ritmicatorrejón.es

www.rimicatorrejón.es

Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Escuela Gimnasia Torrejón

INSTALACIÓN	C.D. LONDRES
DÍAS	HORA
M-J	16:30 - 17:15 Se asignará horario según edad y nivel
	17:15 - 18:00 Se asignará horario según edad y nivel
	18:00 - 19:00 Se asignará horario según edad y nivel

INSTALACIÓN	PABELLÓN M4-SONIA ABEJÓN
DÍAS	HORA
L-X	17:15 - 18:15 Se asignará horario según edad y nivel
	18:15 - 19:15 Se asignará horario según edad y nivel

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €).

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €).

### ARTES MARCIALES

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

### JUDO ADULTOS DESDE 16 AÑOS

INSCRIPCIONES:

andelaosa@yahoo.es

Tlf: 666493081

Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad

Actividad promovida por Club Corredor del Henares

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	L-X	21:00 - 22:00
PABELLÓN M4-Sonia Abejón	M-J	21:00 - 22:00

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €).

3 días (1 hora) - 69,30 €/trimestre (ADM 50,40 €).



## DEPORTES INDIVIDUALES

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL.

### JUDO INFANTIL SEGÚN EDAD Y NIVEL

INSCRIPCIONES: acudir con hoja de inscripción cumplimentada. En C.D. El Juncal y en Pabellón M4-Sonia Abejón. Horario: de 18:00 a 20:00 horas. Tlf: 666493081. andelaosa@yahoo.es

Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad  
Actividad promovida por Club Corredor del Henares

**INSTALACIÓN** C.D. EL JUNCAL

DÍAS	HORA
L-X	17:00 - 18:00   18:00 - 19:00 19:00 - 20:00   20:00 - 21:00 20:00 - 21:30

**INSTALACIÓN** PABELLÓN M4-Sonia Abejón

DÍAS	HORA
M-J	17:00 - 18:00   18:00 - 19:00 19:00 - 20:00   20:00 - 21:00 20:00 - 21:30

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**.

3 días (1 hora) - 52,50 €/trimestre **(ADM 37,50 €)**.

2 días (1,5 horas) - 69,30 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**.

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

### KARATE INFANTIL A PARTIR DE 5 AÑOS SEGÚN EDAD Y NIVEL

INSCRIPCIONES: solicitud a rellenar y entregar en el momento. En C.D. El Juncal y en Pabellón M4-Sonia Abejón. Horario: de 18:00 a 20:00 horas. karatetorrejon@yahoo.es

Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón

**INSTALACIÓN** C.D. EL JUNCAL

DÍAS	HORA
M-J	16:30 - 17:30   17:30 - 18:30 18:30 - 19:30

**INSTALACIÓN** PABELLÓN M4-Sonia Abejón

DÍAS	HORA
L-X	16:30 - 17:30   17:30 - 18:30 18:30 - 19:30   19:30 - 20:30

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**.

3 días (1 hora) - 52,50 €/trimestre **(ADM 37,50 €)**.

2 días (1,5 horas) - 69,30 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**.

### KARATE ADULTOS DESDE 16 AÑOS

INSCRIPCIONES: solicitud a rellenar y entregar en el momento. En C.D. El Juncal y en Pabellón M4-Sonia Abejón. Horario: de 18:00 a 20:00 horas. karatetorrejon@yahoo.es

Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	M-J	19:30 - 21:00

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**.

2 días (1,5 horas) - 69,30 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**.



Los cursos de escalada entrenamiento y escalada uso libre quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

## DEPORTES INDIVIDUALES

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



### INICIACIÓN AL PATINAJE DESDE 4 AÑOS CURSO DE OCTUBRE A JUNIO

INSCRIPCIONES: acudir con hoja de inscripción cumplimentada. En C.D. Londres. Tlf: 677 50 74 16 de 18:00 a 21:00 h. Desde el 15 de octubre en el horario de la actividad

### PATINAJE INFANTIL 4 A 15 AÑOS

Actividad promovida por Club Patín Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L-X	<b>Hockey Patines</b>
		Iniciación 16:30 - 17:15*
		Iniciación 17:15 - 18:00*
	M-J	<b>Patinaje Artístico</b>
		Iniciación 16:30 - 17:15*
		Iniciación 17:15 - 18:00*
V		18:00 - 19:00*
		18:00 - 19:00*

### PATINAJE ADULTO DESDE 16 AÑOS

Tlf: 677 50 74 16 (18:00 a 21:00).

Actividad promovida por Club Patín Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	V	16:30 - 18:00*
2 días (1 hora) - 28,00 €/trimestre <b>(ADM 19,00 €)</b> .		
1 día (1 h. 30 min.) - 21,00 €/trimestre <b>(ADM 14,25 €)</b> .		
2 días (45 min.) - 21,00 €/trimestre <b>(ADM 14,25 €)</b> .		

\*Por causas climatológicas se podrán suspender las clases debido al estado de la pista.



### PÁDEL

INSCRIPCIONES: sólo para empadronados. C.D. EL JUNCAL.

Horario: de 18:00 a 20:00 horas.

Tlf: 696 63 09 05 (12.00-14.00 h. y 16.00-19.00 h.)

Tlf: 666 16 97 52 (16.00-20.00 h.)

Actividad promovida por Club Pádel Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. LONDRES	L a D	según nivel
C.D. EL JUNCAL	L a D	según nivel

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

PREINSCRIPCIONES: en la sede del club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados). Horario: 17:30 a 19:30 h.

Tlf: 91 656 85 37.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	según edad y nivel

Infantil: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestre

**(ADM 27,80 €)**.

Adulto: 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestre

**(ADM 100,20 €)**.

### TENIS

INSCRIPCIONES: sólo para empadronados. C.D. Joaquín Blume (oficina Club Tenis Torrejón).

Horario: de 18:00 a 20:00 horas.

clubdetenistorrejón@clubdetenistorrejón.com

Tlfs: 91 675 66 79 / 629 87 25 95.

Actividad promovida por Club de Tenis Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL	L-X o M-J	según nivel
C.D. JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	según nivel

#### INFANTIL

Iniciación: 2 días (1 hora) 38,00 €/bimestral **(ADM 27,80 €)**.

Avanzado: 2 días (1 hora) 48,90 €/bimestral **(ADM 40,20 €)**.

2 días (1 h. 30') - 74,30 €/bimestral **(ADM 60,50 €)**.

Perfeccionamiento: 2 días (1 h. 30') 104,90 €/bimestral **(ADM 85,80 €)**.

ADULTO - 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestral **(ADM 100,20 €)**.



Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL

# DEPORTES DE EQUIPO

Baloncesto | voleibol | balonmano | fútbol | fútbol-sala.

## INSCRIPCIONES:

- A través de los clubes que mantienen convenios de colaboración con la Concejalía de Deportes.
- Las categorías contempladas son: Prebenjamín, Alevín, Infantil, Juvenil, Cadete y Junior.

Los clubes ofertan, a través de los precios aquí reflejados, los correspondientes entrenamientos (escuelas). La actividad competitiva y opcional conllevará cuotas adicionales.



## BALONCESTO

### SEGÚN EDAD Y NIVEL

PREINSCRIPCIÓN: de 11:00 a 13:00 y de 18:00 a 20:00 h.  
C.D. Joaquín Blume. Tlf: 670 78 87 72.

Actividad promovida por Club Bósket Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	según nivel
PABELLÓN M-4 SONIA ABEJÓN	L-X o M-J	según nivel
C.D. EL JUNCAL	L-X o M-J	según nivel
PAB. NURIA FERNÁNDEZ	L-X	17:00 - 18:00
PAB. JAVI LIMONES	M-J	18:30 - 19:30

PREINSCRIPCIÓN: de 18:00 a 20:00 h.

C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). Tlf: 91 656 85 37.

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PARQUE DE CATALUÑA	L-X o M-J	según nivel

PREINSCRIPCIÓN: de 18:00 a 20:00 h.

C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3).

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.E.I.P. SEVERO TORREJÓN	L-X o M-J	según nivel

2 días - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €).

## VOLEIBOL

### SEGÚN EDAD Y NIVEL

PREINSCRIPCIÓN:

De 18:00 a 20:00 h.

Pabellón M4-Sonia Abejón.

Tlf: 653 21 30 40 (Coordinador)

Tlf: 678 56 78 23 (Presidenta)

ramonvoley@hotmail.com

Voleiboltorrejon@hotmail.com

Actividad promovida por C. Voleibol Torrejón de Ardoz

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN M4 SONIA ABEJÓN	L-X o M-J	según nivel

C.D. ZONA CENTRO

JOSÉ ANTONIO PARAÍSO	L-X o M-J	según nivel
----------------------	-----------	-------------

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €).

## BALONMANO

### SEGÚN EDAD Y NIVEL

PREINSCRIPCIÓN: de 17:00 a 19:00 h.

C.D. Joaquín Blume

Colegios interesados pueden ponerse en contacto con:

info@balonmanotorrejon.com

Actividad promovida por C.D. Balonmano Torrejón de Ardoz

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME (FEDERADOS)	L-X-V	16:30 - 18:00

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €).



## DEPORTES DE EQUIPO

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



### FÚTBOL SEGÚN EDAD Y NIVEL

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
A.D JUVENTUD		
U.D. PARQUE GRANADA		
PEÑA TORREJONENSE		
A.D. TORREJÓN C.F.		
A.D. LA PLATA		
FUTBOLELLAS C.F.F.		
TORREJON SPORT		
C.D. ARDOZ		

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**.

INFORMACIÓN EN LA OFICINA DE COORDINACIÓN DEPORTIVA. C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). De lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.



### FÚTBOL-SALA

#### SEGÚN EDAD Y NIVEL

PREINSCRIPCIÓN: Tlf: 605 37 65 67 de 18:00 a 20:00 h.  
C.D. El Juncal.

Actividad promovida por Torrejón Sala Five Play

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	según nivel

PREINSCRIPCIÓN: Tlf: 669 60 36 83 de 18:00 a 20:00 h.  
C.D. Joaquín Blume.

Actividad promovida por C.D. Torrejón Juncal

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	M-J	20:00 - 21:00 según nivel

PREINSCRIPCIÓN: Tlf: 637 71 13 12 de 18:00 a 20:00 h.  
C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3).

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.P. SEVERO OCHOA	L-X o M-J	según nivel

PREINSCRIPCIÓN: Tlf: 656 92 21 89 de 18:00 a 20:00 h.  
C.D. Joaquín Blume.

Actividad promovida por C.F.S. Limones 5

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	según nivel

PREINSCRIPCIÓN: Tlfs: 687 42 79 01 / 91 656 85 37 de 17:30 a 19:30 h.  
C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n).

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L-X o M-J	según nivel

PREINSCRIPCIÓN: Tlf: 600 52 36 92 de 17:00 a 20:00 h.  
XXXXXXXX

Actividad promovida por Colegio Joaquín Blume

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DE TORREJÓN	L-X	según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**.



# NATACIÓN

## NORMAS DE MATRÍCULA

### 1 NUEVAS INSCRIPCIONES

#### 1.1 Natación Bebé, Natación Pre-Infantil y resto de Actividades Acuáticas

Del 28 de septiembre al 9 de octubre de lunes a viernes, sólo empadronados, concertando cita previa en los teléfonos:

91 656 31 11 C.D. Joaquín Blume / 91 656 14 83 C.D. Londres / 91 677 90 70 C.D. El Juncal

La prueba de nivel sellada y firmada es necesaria para los grupos de aprendizaje de Natación Adulto, Natación Infantil-I y Natación Infantil-II y se realizará también concertando cita previa.

Hoja de inscripción e importe necesario para el pago del primer mes, matrícula y carnet en su caso.

#### 1.3 Atención Normalizada

– Con CITA PREVIA desde 13 de octubre (para empadronados y no empadronados).

**C.D. LONDRES:** Con CITA PREVIA Tlf: 91 656 14 83.

**C.D. JOAQUÍN BLUME:** Con CITA PREVIA Tlf: 91 656 31 11.

**C.D. J.A. SAMARANCH:** Con CITA PREVIA Tlf: 91 677 33 08.

**C.D. EL JUNCAL:** CON CITA PREVIA TLF: 91 677 90 70.

### 2 DOCUMENTACIÓN

Hoja de inscripción junto con prueba de nivel sellada y firmada. Necesaria para los grupos de aprendizaje, natación adulto, natación infantil I y II. Y deberá concertar CITA PREVIA en la instalación correspondiente.

**La prueba de nivel hay que realizarla antes de formalizar la inscripción.**

Para realizar la prueba de nivel deberá acudir con bañador y gorro de nado:

- Concertando CITA PREVIA en los Teléfonos señalados en el punto 1.3.
- Una vez iniciado el curso: **de lunes a viernes** en la piscina cubierta municipal C.D. Londres, en C.D. J.A. Samaranch y C.D. Joaquín Blume.

### 3 GRUPOS POR EDADES

**BEBÉS:** nacidos en 2019 y 2020 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad)

**PRE-INFANTIL:** nacidos en 2017 y 2018

**INFANTIL I:** nacidos desde 2012 a 2016

**INFANTIL II:** nacidos desde 2005 a 2011

**ADULTO:** nacidos desde 1961 a 2004

**TERCERA EDAD:** las clases que pertenecen a este grupo de edad no se ofertan temporalmente hasta ver cómo evoluciona la pandemia.

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL

## NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2019 y 2020 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad)

Actividad en la que a través del juego-placer-estímulo se busca una experiencia afectiva con los padres.

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
S ó D	11:15 - 11:45   12:00 - 12:30

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
L ó X	16:30 - 17:00   18:00 - 18:30
M ó J	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 18:00 - 18:30
S ó D	10:00 - 10:45   10:45 - 11:30 11:45 - 12:30   12:30 - 13:15

1 día (45 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 33,00 €/bimestre - (ADM 22,70 €)



# NATACIÓN

Por la situación excepcional del COVID-19,  
el cobro de las actividades se realizará  
de forma MENSUAL



## NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2017 y 2018

Actividad que avanza en el dominio del medio acuático sin acompañamiento de padres.

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
L ó X	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
M ó J	16:00 - 16:30   16:30 - 17:00 17:00 - 17:30   17:30 - 18:00 18:00 - 18:30
S ó D	10:30 - 11:00   12:45 - 13:15 13:30 - 14:00
S	09:45 - 10:15
D	09:45 - 10:15

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
L ó X	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 17:30 - 18:00   18:00 - 18:30 18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
M ó J	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 17:30 - 18:00   18:00 - 18:30 18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
V	16:00 - 16:30   16:30 - 17:00 17:00 - 17:30   17:30 - 18:00 18:00 - 18:30   18:30 - 19:00 19:00 - 19:30
S ó D	10:00 - 10:45   10:45 - 11:30 11:45 - 12:30   12:30 - 13:15 13:15 - 14:00
D	17:00 - 17:45   17:45 - 18:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre - (ADM 17,00 €)

1 día (45 min.) - 36,50 €/bimestre - (ADM 25,50 €)

## NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2012 a 2016

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

NIVEL	DÍAS	HORA
1   2	L ó X	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
	M ó J	16:00 - 16:30   16:30 - 17:00 17:00 - 17:30   17:30 - 18:00 18:00 - 18:30
	V	16:00 - 17:00   18:00 - 19:00 19:00 - 20:00
	S	10:00 - 11:00   11:00 - 12:00 12:00 - 13:00   13:00 - 14:00
	D	10:00 - 11:00   11:00 - 12:00 12:00 - 13:00   13:00 - 14:00
	13   A1	L-X
M-J		16:00 - 16:30   16:30 - 17:00 17:00 - 17:30   17:30 - 18:00 18:00 - 18:30
V		16:00 - 17:00   17:00 - 18:00 19:00 - 20:00
S		10:00 - 11:00   13:00 - 14:00
D		11:00 - 12:00   13:00 - 14:00
A2   A3		L-X
	M-J	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
	V	16:30 - 17:30   17:00 - 18:00 18:00 - 19:00   19:00 - 20:00
	S	11:00 - 12:00   12:00 - 13:00 12:30 - 13:30
	D	10:30 - 11:30   12:30 - 13:30
	P1   P2   P3	L-X
M-J		16:30 - 17:00   17:00 - 17:30 17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
V		16:30 - 17:30   19:00 - 20:00
D		10:30 - 11:30



## DEPORTES NATACIÓN

Por la situación excepcional del COVID-19,  
el cobro de las actividades se realizará  
de forma MENSUAL.

### INSTALACIÓN C.D. J.A. SAMARANCH

NIVEL	DÍAS	HORA
I1  I2	L-X	17:30 - 18:00
	L	16:30 - 17:30
	M-J	17:30 - 18:00
	V	16:00 - 17:00   17:00 - 18:00
	S	11:00 - 12:00   12:00 - 13:00
I3  A1	L-X	17:30 - 18:00
	L	16:30 - 17:30
	M-J	17:30 - 18:00
	V	16:00 - 17:00   17:00 - 18:00
	S	11:00 - 12:00   12:00 - 13:00
A2  A3	L-X	17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
	L	16:30 - 17:30
	M-J	17:30 - 18:00
	M	16:30 - 17:30
	V	16:00 - 17:00   17:00 - 18:00
	S	11:00 - 12:00   12:00 - 13:00
P1  P2  P3	L-X	17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
	L	16:30 - 17:30
	M-J	17:30 - 18:00
	M	16:30 - 17:30
	V	19:00 - 20:00
	S	11:00 - 12:00

### INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

Los niveles A2 A3 y P1 2 3 no se imparten en esta instalación.

NIVEL	DÍAS	HORA
I1  I2	L ó X	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30
		17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
I3  A1		18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
	M ó J	16:30 - 17:00   17:00 - 17:30
		17:30 - 18:00   18:00 - 18:30
		18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
V		16:00 - 17:00   17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00   19:00 - 20:00
S ó D		09:30 - 10:30   10:30 - 11:30
		11:30 - 12:30   12:30 - 13:30
D		17:00 - 18:00   18:00 - 19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

### NATACIÓN INFANTIL II Nacidos desde 2005 a 2011

#### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

##### INSTALACIÓN C.D. LONDRES

NIVEL	DÍAS	HORA
I3  A1	L-X	18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
	M-J	18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
	S	10:30 - 11:30   12:00 - 13:00
	D	10:00 - 11:00   12:00 - 13:00
A2  A3	L-X	18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
	M-J	18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
	V	17:30 - 18:30   18:30 - 19:30
	S	09:30 - 10:30   11:30 - 12:30
		D 12:30 - 13:30
P1  P2  P3	L-X	19:00 - 19:30
	M-J	18:30 - 19:00   19:00 - 19:30
	V	17:30 - 18:30   18:30 - 19:30
	S	11:00 - 12:00
		D 11:30 - 12:30

##### INSTALACIÓN C.D. J.A. SAMARANCH

I3  A1	L	18:30 - 19:30
	M-J	18:00 - 18:30
	V	16:00 - 17:00   19:00 - 20:00
	S	11:00 - 12:00   12:00 - 13:00
A2  A3	L	18:30 - 19:30
	M ó J	18:30 - 19:30
	M-J	18:00 - 18:30
	V	17:00 - 18:00   18:00 - 19:00
	S	19:00 - 20:00
		S 11:00 - 12:00
P1  P2  P3	L	18:30 - 19:30
	M ó J	18:30 - 19:30
	V	18:00 - 19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

### AQUAEROBIC Nacidos desde 1961 a 2004

Realización de ejercicios dentro del agua con música y de forma coreografiada.

#### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

##### INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
M-J	19:00 - 19:30

DÍAS	HORA
L-X	19:30 - 20:00
M-J	20:00 - 20:30
V	18:45 - 19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre - (ADM 25,50 €)

## DEPORTES NATACIÓN

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



### NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1961 a 2004

**CURSO DE OCTUBRE A MAYO**

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

NIVEL	DÍAS	HORA
I1  I2	L-X	15:30 - 16:00   19:30 - 20:00
	M-J	09:30 - 10:00   12:00 - 12:30
		19:00 - 19:30   20:00 - 20:30
I3  A1	L-X	11:00 - 11:30   19:30 - 20:00
	M-J	10:30 - 11:00   11:00 - 11:30
		15:30 - 16:00   19:30 - 20:00
	V	19:30 - 20:30
A2  A3	L-X	10:30 - 11:00   20:00 - 20:30
		20:30 - 21:00
	M-J	11:00 - 11:30   15:30 - 16:00
		19:00 - 19:30   19:30 - 20:00
		20:00 - 20:30   20:30 - 21:00
		21:00 - 21:30
	V	19:30 - 20:30
S	09:30 - 10:30	
D	09:30 - 10:30	
P1  P2  P3	L-X	20:00 - 20:30
	M-J	11:00 - 11:30   15:30 - 16:00
		19:30 - 20:00   20:30 - 21:00
		21:00 - 21:30
	V	20:00 - 21:00
	S	09:30 - 10:30
D	09:30 - 10:30	

INSTALACIÓN C.D. J.A. SAMARANCH

NIVEL	DÍAS	HORA
I1  I2	L-X	10:00 - 10:30
	M-J	10:30 - 11:00
	M	18:30 - 19:30
I3  A1	L-X	09:30 - 10:00   10:00 - 10:30
	M-J	10:30 - 11:00   17:00 - 17:30
	M	18:30 - 19:30
	X	18:30 - 19:30
A2  A3	L-X	09:30 - 10:00
	M-J	10:00 - 10:30   17:00 - 17:30
	M	19:30 - 20:30
	X	18:30 - 19:30
P1  P2  P3	L-X	09:30 - 10:00
	M-J	10:00 - 10:30
	M	19:30 - 20:30
	X	18:30 - 19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

### AQUADINAMIC Nacidos desde 1961 a 2004

Combinación de ejercicios de movilidad, intensidad y relajación.

**CURSO DE OCTUBRE A MAYO**

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
V	19:00 - 20:00

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

### AQUAPILATES

Nacidos desde 1961 a 2004

Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático.

**CURSO DE OCTUBRE A MAYO**

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
L-X	19:00 - 19:30
M-J	11:30 - 12:00   19:00 - 19:30
	19:30 - 20:00
V	18:00 - 18:45

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

L-X	19:00 - 19:30
M-J	11:30 - 12:00
V	09:30 - 10:30   18:00 - 18:30

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre - (ADM 25,50 €)

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre - (ADM 17,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

### SALVAMENTO Y SOCORRISMO

Nacidos desde 1961 a 2004

Preparación para las pruebas físicas del título de socorrista y otras oposiciones.

**CURSO DE OCTUBRE A MAYO**

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

NIVEL	DÍAS	HORA
P3	L-X	20:30 - 21:30
	V	20:00 - 21:00

3 días (1 hora) - 66,00 €/bimestre - (ADM 50,00 €)

Viernes (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)



Por la situación excepcional del COVID-19,  
el cobro de las actividades se realizará  
de forma MENSUAL.

## PREPARACIÓN FÍSICA

Nacidos desde 1961 a 2004

Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación.

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. J.A. SAMARANCH

NIVEL	DÍAS	HORA
A2   A3	M	09:30 - 10:30
1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)		

## NATACIÓN ADAPTADA

INSCRIPCIÓN PREVIA CONSULTA

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

INSTALACIÓN C.D. J.A. SAMARANCH

1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre. No abonan matrícula.

## NATACIÓN CORRECTIVA

Nacidos en 2004 y anteriores

Actividad preventiva-terapéutica que intenta mejorar-aliviar cualquier tipo de problemas no severos del aparato locomotor.

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
L-X	12:00 - 12:30
M-J	10:00 - 10:30   18:30 - 19:00
2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)	

## NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
L-X	18:30 - 19:00

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
M-J	19:00 - 19:30
2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)	

## AQUASALUD

Nacidos desde 1961 a 2004

Trabajo de tonificación en el medio acuático.

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
L-X	16:00 - 16:30
V	10:00 - 10:30   10:30 - 11:00 11:00 - 11:30

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
L-X	10:30 - 11:15
M-J	10:00 - 10:30   11:00 - 11:30 12:00 - 12:30   16:00 - 16:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre - (ADM 17,00 €)

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre - (ADM 51,00 €)

## AQUAGYM

Nacidos desde 1961 a 2004

Realización de ejercicios dentro del agua encaminados a la tonificación muscular y mejora cardiovascular.

### CURSO DE OCTUBRE A MAYO

INSTALACIÓN C.D. LONDRES

DÍAS	HORA
M-J	21:00 - 21:30

INSTALACIÓN C.D. JOAQUÍN BLUME

DÍAS	HORA
L-X	18:30 - 19:00   19:30 - 20:15
M-J	09:30 - 10:00   18:30 - 19:00
V	18:30 - 19:00

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre - (ADM 17,00 €)

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre - (ADM 34,00 €)

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre - (ADM 51,00 €)

## DEPORTE INDIVIDUAL

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



# ACTIVIDAD FÍSICA

## INTEGRAL

28 septiembre APERTURA.

Se establecerán 5 TURNOS diarios para los que será necesario realizar RESERVA PREVIA.

## TEMPORADA DE INVIERNO

**CINCO BIMESTRES** 01/09/2020 al 30/06/2021

TURNOS	DÍAS	HORA
TOTAL*	L a V	09:00 - 22:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00
60,00 euros/bimestral (ADM 30,00 euros)		
MEDIUM*	L a V	09:00 - 17:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00
46,00 euros/bimestral (ADM 23,00 euros)		

- \* En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán **3 euros** a estos precios. Edad mínima necesaria para acceder: 16 años cumplidos.

## TEMPORADA DE VERANO

**UN BIMESTRE** 01/07/2021 al 31/08/2021

TURNOS	DÍAS	HORA
VERANO	L a V	09:00 - 22:00
	S-D-F	09:00 - 14:00
36,00 euros/bimestral (ADM 18,00 euros)		

## INSCRIPCIONES:

**C.D. Joaquín Blume.**  
C/ Joaquín Blume s/n - Tel. 916 56 31 11

**C.D. El Juncal.**  
C/ Londres, 25 - Tel. 916 77 90 70

**C.D. Londres.**  
C/ Londres, 11 - Tel. 916 56 14 83

**C.D. J.A. Samaranch.**  
C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 77 33 08

Los cursos de natación tercera edad, aquapilates mayores y aquasalud mayores quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.



# COMPETICIONES

## DEPORTIVAS MUNICIPALES

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL

### DEPORTES DE EQUIPO

#### - FÚTBOL 11 Y FÚTBOL 7 (OCTUBRE A JUNIO)

Organiza: Comité Local de Fútbol (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 56 19 21  
Lunes a jueves, de 18:00 A 20:00 horas.

Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, aficionado, fútbol 7 senior, fútbol 7 veteranos y fútbol 7 femenino.

#### - FÚTBOL SALA (OCTUBRE A JUNIO)

Organiza: Delegación de la Federación Madrileña de Fútbol Sala (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 77 84 03  
Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 horas.

Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete, juvenil y senior.

#### - BALONCESTO (NOVIEMBRE A MAYO)

Organiza: Delegación de la Federación Madrileña de Baloncesto (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 77 18 70  
Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 horas.

Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y senior.

#### - VOLEIBOL (NOVIEMBRE A ABRIL)

Organiza: Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). Tel.: 916 77 90 70  
Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 horas.

Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil.



### DEPORTES INDIVIDUALES

La Concejalía de Deportes, a través de diferentes organizaciones, convoca competiciones de carácter local o mancomunado con otros municipios y en las siguientes modalidades:

En deportes individuales (TENIS, NATACIÓN, GIMNASIA RÍTMICA, KARATE y JUDDO), los clubes deportivos de la localidad convocan oportunamente las diferentes competiciones a celebrar. Para mayor información contactar con Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). Tels.: 916 77 90 70 / 916 60 04 40 - Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 horas.

# ABONO

## DEPORTIVO MUNICIPAL

Por la situación excepcional del COVID-19, el cobro de las actividades se realizará de forma MENSUAL



MÁS INFORMACIÓN EN LOS CENTROS DEPORTIVOS  
WWW.DEPORTES-TORREJON.COM



- wAcceso ilimitado a las piscinas cubiertas y de verano.
- w3 modalidades de pago\*: anual, semestral y cuatrimestral.
- wPrioridad para alquilar instalaciones deportivas e importantes descuentos.
- wBonificaciones de hasta el 50% en todas las actividades deportivas.
- wImportantes descuentos en tiendas deportivas y centros de belleza y fisioterapia existentes en la ciudad.

## CUOTAS ADM (la cuota es anual)

INFANTIL (hasta 17 años)	67,20 €	95,00 €**
JOVEN (de 18 a 29 años)	103,80 €	145,00 €**
ADULTO (desde 30 años)	142,20 €	200,00 €**
MAYORES DE 65 AÑOS	31,80 €	45,00 €**
FAMILIAR (independiente del número de hijos/as) hasta 17 años	271,20 €	380,00 €**
DISCAPACITADO***	31,80 €	45,00 €**
INDIVIDUAL EMPRESAS	142,20 €	

BONOS PISCINA	SÓLO PARA EMPADRONADOS
INFANTIL (20 baños)	42,00 €
JUVENIL (20 baños)	56,40 €
ADULTO (10 baños)	39,60 €
ADULTO (20 baños)	70,20 €
FAMILIAR (30 baños)	84,00 €
INVITADOS (5 baños)	25,00 €

### INSCRIPCIONES:

**C.D. Joaquín Blume**  
C/ Joaquín Blume, s/n - Tel. 916 563 111

**C.D. El Juncal**  
C/ Londres, 25 - Tel. 916 779 070

**C.D. Londres**  
C/ Londres, 11 - Tel. 916 561 483

**C.D. J.A. Samaranch**  
C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 773 308



	VERANO			INVIERNO	
	NO EMPADRONADO			EMPADRONADO	NO EMPADRONADO
	EMPADRONADO	lunes a jueves	V, S, D, Festivo y vispera Festivo		
BEBÉS (de 0 a 2 años)	GRATIS	GRATIS	GRATIS	1,20 €	3,00 €
INFANTIL (de 3 a 14 años)	3,20 €	7,00 €	12,10 €	3,20 €	6,10 €
JUVENIL (de 15 a 17 años)	3,80 €	8,00 €	13,40 €	3,80 €	6,70 €
ADULTOS (de 18 a 64 años)	4,90 €	9,00 €	14,60 €	4,90 €	7,30 €
MAYORES (de 65 años)	1,20 €	4,00 €	6,00 €	1,20 €	3,00 €
DISCAPACITADO***	1,20 €	4,00 €	6,00 €	1,20 €	3,00 €

Entrada a precio reducido piscinas de verano (a partir de las 18:00 h. para todos los tipos de entrada); 50% de los precios estipulados.

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán **3 euros** a estos precios. Los poseedores de ADM pasarán gratis. Los bonos serán válidos para las temporadas de verano e invierno. Las piscinas municipales cerrarán durante un mes al año por motivos de mantenimiento.

\* El ADM es un producto con una validez de 365 días desde el momento de su adquisición, en las opciones de pago fraccionado no se podrá dejar de abonar ninguna cuota hasta completar dicho periodo.

\*\* Precio no empadronados.

\*\*\* La discapacidad será aceptada a partir de un 33%.

NOTA: 50% de bonificación en la adquisición de ADM para miembros de Familia Numerosa de Categoría General y 75% de bonificación para miembros de Familia Numerosa de Categoría Especial.

# MUJER

## TALLERES 2020-21

### NORMAS DE MATRÍCULA

- **CALENDARIO DE MATRICULACIONES (todos los trámites se realizarán en la Casa de la Cultura, C/ Londres, 5).**

**online:** del día 21 de septiembre al 5 de octubre en [www.cajadelarte.com](http://www.cajadelarte.com)

**Presencial:** del 28 de septiembre al 5 de octubre (con cita previa) en horario de secretaria RECOGIDA DE SOLICITUDES.

- \* 6 de octubre, 12:00 h. **SORTEO DE GRUPOS** (Lugar: Salón de Actos Casa de la Cultura, C/Londres, 5. Hora: 12:00h.)  
*El sorteo consiste en extraer una letra (A-Z) que determinará el apellido por el cual se van a empezar a asignar las plazas de todos los cursos. Aforo máximo 10 personas.*
- \* 8 de octubre, **EXPOSICIÓN LISTAS DE ADMITIDAS.**
- \* Del 9 al 13 de octubre, **PLAZO PARA PRESENTAR BAJAS.**
- **HORARIO:** de lunes a viernes, de 09:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.
- **INICIO DEL CURSO:** 15 de octubre de 2020.
- **CALENDARIO DEL CURSO:**
  - \* PERIODO I: de 15 de octubre a 19 de diciembre de 2020.
  - \* PERIODO II: de 11 de enero a 27 de marzo de 2021.
  - \* PERIODO III: de 5 de abril a 18 de junio de 2021.

Los talleres se impartirán en la **Concejalía de la Mujer. Centro Abogados de Atocha, C/Londres, 11 B. 1ª planta. Tel. 916 78 38 63.**  
[concejaliamujer@ayto-torrejon.es](mailto:concejaliamujer@ayto-torrejon.es)

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**

## NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnas podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. La alumna que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en la Casa de Cultura C/Londres, 5.
4. Todas las solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
5. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
6. Cada interesada puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles la interesada podrá optar a más cursos.
7. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
8. Las alumnas que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
9. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
10. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática de la alumna en el curso o taller, dándose opción a participar a la siguiente inscrita en la lista de espera.
11. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
12. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
13. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
14. Al inicio de las actividades se informará a las alumnas del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Las alumnas respetarán y llevarán a cabo la programación.
15. El material fungible necesario para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de las alumnas. El material de uso personal deberá ser aportado por la alumna debido a las recomendaciones de las autoridades sanitarias.
16. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
17. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
18. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.
19. En caso de la toma de nuevas medidas de limitación/suspensión de actividades presenciales debido a un repunte del Covid-19 una vez iniciado el curso, las actividades continuarán ofreciéndose de forma on line/remoto.



## CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>APRENDE A USAR ORDENADOR. Nivel II.</b> Para quienes deseen continuar con la adquisición de conocimientos básicos en informática para uso personal: tratamiento de textos, correo electrónico, internet...	Lunes	09:30-11:30 h.	27,20 €	Solo plazas disponibles
<b>APRENDE A USAR ORDENADOR.</b> Para quienes se acerquen por primera vez al uso del ordenador o desean continuar la adquisición de conocimientos básicos en informática para uso personal: tratamiento de textos, correo electrónico, Internet...	Miércoles	09:30-11:30 h.	27,20 €	Solo plazas disponibles
<b>DANZAS ORIENTALES.</b> Un taller para bailar, sentirse mejor contigo misma, aceptar tu cuerpo, conectar con tu vitalidad femenina y aprender a quererte y a cuidarte... todo ello a través del aprendizaje de diferentes danzas del mundo.	Miércoles	17:30-19:30 h.	27,20 €	Solo plazas disponibles
<b>INGLÉS A1+.</b> Sumérgete en un nuevo idioma, aprende nociones básicas de inglés para manejarte en situaciones que puedes encontrarte en el trabajo, cuando viajas, en películas...	Martes	10:00-12:00 h.	27,20 €	Solo plazas disponibles
<b>INGLÉS A1.</b> Sumérgete en un nuevo idioma, aprende nociones básicas de inglés para manejarte en situaciones que puedes encontrarte en el trabajo, cuando viajas, en películas...	Jueves	10:00-12:00 h.	27,20 €	Solo plazas disponibles
<b>INGLÉS A1.</b> Sumérgete en un nuevo idioma, aprende nociones básicas de inglés para manejarte en situaciones que puedes encontrarte en el trabajo, cuando viajas, en películas...	Martes	17:30-19:30 h.	27,20 €	15

## PRIMER TRIMESTRE octubre-diciembre 2020

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>USO BÁSICO DE MÓVIL (Android).</b> Curso básico para introducirse en el mundo de las nuevas tecnologías y en especial al manejo de teléfonos inteligentes con el objetivo de sacarles el máximo rendimiento. Duración: de 15 de octubre a 17 de diciembre de 2020.	Jueves	17:30-19:30 h.	27,20 €	15

\* Sistema operativo Windows.

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.



## PROGRAMA DE TALLERES DE LA CONCEJALÍA DE MUJER

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>TALLER DE COCINA "¡TA CHAN! DE LA RECETA AL PLATO.</b> ¿En casa siempre aparecen las cosas que te gustan en el frigorífico?, ¿sabemos todas las tareas previas que implica cocinar nuestro plato favorito? Sobre esto, sobre la importancia de cuidarnos y nutrirnos, sobre los roles asociados a estos cuidados y mucho más, hablaremos mientras cocinamos un succulento plato en familia que se convertirá en uno de nuestros favoritos. CURSO ON LINE. Dirigido a familias.	16 y 30 octubre y 13 y 27 de noviembre	18:00-19:30 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>TALLER DE CIENCIA: BIODIVERSIDAD EN IGUALDAD.</b> En estas sesiones se abordará la ruptura de estereotipos sexistas a partir de experiencias del reino animal. CURSO ON LINE. Dirigido a familias.	23 de octubre, 6 y 20 de noviembre y 4 de diciembre	18:00-20:00 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>GESTIÓN DE LA INCERTIDUMBRE. INICIACIÓN A LA PRÁCTICA DEL MINDFULNESS.</b> Gestión de los usos del tiempo y gestión del estrés desde la corresponsabilidad y conciliación de la vida laboral, personal y familiar. Destinado a población en general. CURSO ON LINE.	Martes y jueves del 3 al 24 de noviembre	16:30-18:00 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>MUJERES EN EL ARTE, MUJERES EN LA Hª.</b> El objetivo principal de este taller es visibilizar a las mujeres tanto en el mundo del arte como de la historia. ON LINE. Dirigido a población en general.	21 de octubre, 11 de noviembre y 2 de diciembre	10:00-12:00 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>"PÍLDORAS VIRTUALES DE GESTIÓN DEL TIEMPO".</b> Esta actividad se propone como respuesta a la necesidad de enriquecer el tiempo familiar y el autocuidado personal tras el estado de alarma vivido y ante las consecuencias que pueda tener la nueva normalidad en nuestro día a día personal y familiar. Se compartirán "píldoras" de contenido audiovisual en redes sociales y web municipal como forma de acceder a la población. Estas píldoras consistirán en reflexiones y pautas para compartir un tiempo familiar de calidad, así como audios-guía sobre respiración consciente, autoinstrucciones, meditaciones y ejercicios de mindfulness que permitan reducir la ansiedad. Cada píldora versará sobre un contenido específico.	4 píldoras		<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>MERENDANDO CON...</b> ¿Te gustaría tomarte un café con mujeres como Clara Campoamor, Carolina Coronado o María Lejárraga? Únete a nuestras meriendas y conversa con ellas, conoce sus vidas, rompe las barreras del tiempo y conecta desde tu casa con mujeres que cambiaron la historia. CURSO ON LINE. Dirigido a población en general.	Jueves 15 y 22 de octubre	17:30-19:00 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>PADRES CUIDADORES.</b> Este curso tiene como objetivo crear un grupo estable de hombres donde puedan compartir sus vivencias y adquirir recursos que les sirvan para vivir su paternidad de una forma plena, incorporándose al ámbito de los cuidados y corresponsabilizándose de las necesidades de las hijas e hijos. ON LINE. Para poder abrir grupo se necesita un mínimo de 10 hombres.	30 de octubre, 13 y 27 de noviembre y 11 diciembre	18:00-20:00 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles
<b>TIEMPO PARA QUERERME.</b> En este taller abordaremos las claves de la autoestima, reflexionaremos sobre como se crea la autoestima desde que somos niñas y tomar conciencia de los mensajes que hemos recibido. Aprender a decir que NO sin sentirnos culpables y utilizar técnicas de asertividad para fortalecernos y empoderarnos como mujeres. Dirigido a mujeres.	19 de octubre a 14 de diciembre	10:30-12:30 h.	<b>Gratuito</b>	Solo plazas disponibles



Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>ESCUELA DE FAMILIAS.</b> La Comunicación debe basarse en la empatía y la comprensión hacia uno mismo y los demás. Este taller nace de la necesidad de dar herramientas a madres y a padres para mejorar la relación con sus hijos e hijas y a ayudarles a aprender a negociar y a llegar a acuerdos. Vamos a ver los diferentes estilos educativos que existen y cuál es el nuestro. Sentaremos también las bases para aprender una comunicación basada en la "no violencia". Curso on line.	Jueves	11:00-13:00 h.	<b>Gratuitos</b>	Con cita previa. Aforo limitado
<b>ESPACIO PARA MUJERES AULA CAFÉ.</b> Un espacio de encuentro y relación donde se abordarán de manera sencilla y positiva los temas que preocupan a las mujeres, como: quiénes somos, de dónde venimos y a dónde vamos, análisis de estrategias y recursos para afrontar las adversidades, cómo reconocer y utilizar nuestras principales fortalezas, estrategias para tomar decisiones, etc.	Martes	10:00-12:00 h.	<b>Gratuitos</b>	Con cita previa. Aforo limitado
<b>ESPACIO EMPLEO</b>				
En este ESPACIO EMPLEO puedes obtener apoyo y asesoramiento para buscar empleo, información sobre técnicas y herramientas de búsqueda de empleo, motivación para el difícil proceso de incorporación al mercado laboral, valoración de tus capacidades y aptitudes para los puestos de trabajo y refuerzo emocional para mantenerse en la búsqueda hasta encontrar empleo. ¿Qué servicios te ofrecemos en el ESPACIO EMPLEO? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diseño del proyecto individual de búsqueda activa de empleo.</li> <li>• Taller de Internet básico para buscar empleo en internet.</li> <li>• Información sobre empresas y ofertas de empleo.</li> </ul>	Lunes y Miércoles	10:00-13:00 h.	<b>Gratis</b>	Taller abierto con cita previa e individualizada

### INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Desde el 21 de septiembre de 2020 hasta cubrir plazas. Las inscripciones podrán hacerse de forma presencial mediante cita previa llamando al tel. 91 678 38 63 o mediante correo electrónico en [concejaliamujer@ayto-torrejón.es](mailto:concejaliamujer@ayto-torrejón.es)  
En **CONCEJALÍA de MUJER**, Centro Abogados de Atocha, calle Londres nº 11 B. Tel: 916 78 38 63 /[concejaliamujer@ayto-torrejón.es](mailto:concejaliamujer@ayto-torrejón.es)  
**¡Síguenos en nuestras redes! tanto en Facebook como Instagram en [concejaliamujertorrejón](#)**

### PUNTO MUNICIPAL DEL OBSERVATORIO REGIONAL DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Ofrece atención integral para mujeres que sufren violencia de género.

**ATENCIÓN PSICOLÓGICA:** Espacio de apoyo y recuperación del malestar y las secuelas psicológicas que provoca la violencia. Para iniciar una nueva vida sin violencia, recuperando la confianza personal y las capacidades para salir de estas situaciones y mejorar en la calidad de vida. Prevención de relaciones de abuso y violencia. **ATENCIÓN SOCIAL:** Acompañamiento y apoyo integral en el proceso de superación de la violencia, seguimiento e información, asesoramiento y gestión sobre los derechos y recursos. **ASESORÍA JURÍDICA:** Asesoramiento especializado e información de todo lo relativo a denuncias, juicios, órdenes de protección, divorcio, custodia de los hijos e hijas... todos los aspectos jurídicos y legales. **ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA NIÑAS Y NIÑOS DE MUJERES QUE SUFREN VIOLENCIA DE GÉNERO.**

**CONCEJALÍA de MUJER**, Centro Abogados de Atocha, calle Londres nº 11 B., 1ª planta, Tel: 916 78 38 63.  
[puntoviolenca@ayto-torrejón.es](mailto:puntoviolenca@ayto-torrejón.es)

# JUVENITUD

## FORMACIÓN

## ACTIVIDADES CONCEJALÍA DE JUVENTUD

## CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- **online:** Del día 21 de septiembre al 5 de octubre en [www.cajadelarte.com](http://www.cajadelarte.com)
- **Presencial:** del 28 de septiembre al 5 de octubre (con cita previa) RECOGIDA DE SOLICITUDES.
- 6 de octubre, 12:00 h. **SORTEO DE GRUPOS** (Lugar: Salón de Actos Casa de la Cultura. C/ Londres, 5. Hora: 12:00h.). El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos. Aforo máximo 10 personas.
- 8 de octubre, **EXPOSICIÓN LISTAS DE ADMITIDAS.**
- del 9 al 13 de octubre, **PLAZO PARA PRESENTAR BAJAS.**
- **HORARIO:** L a V de 09:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.
- **INICIO DEL CURSO:** 15 de octubre de 2020.
- **CALENDARIO DEL CURSO:**
  - \* PERIODO I: de 15 de octubre a 19 de diciembre de 2020.
  - \* PERIODO II de 11 de enero a 27 de marzo de 2021.
  - \* PERIODO III: de 5 de abril a 18 de junio de 2021.
- **La matrícula de cada curso se realizará en el centro donde haya sido ofertada la actividad a excepción de los cursos de Abogados de Atocha que se realizará en Casa de Cultura.**

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**

## NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
5. En el caso de inscripciones de menores de edad, deberán presentar Libro de Familia y DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte del padre, madre o tutor, según proceda.
6. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
7. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
8. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
9. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
10. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
11. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
12. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
13. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
14. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas, podrán ser presentadas conjuntamente, determinando cuál de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza.
15. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia, etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
16. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
17. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
18. El material fungible para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
19. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
20. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
21. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.
22. En caso de la toma de nuevas medidas de limitación/suspensión de actividades presenciales debido a un repunte del COVID-19 una vez iniciado el curso, las actividades se continuarán ofreciendo de forma on-line/remoto.

# FORMACIÓN



## CASA DE LA CULTURA

C/ Londres 5. Tfno: 91 674 98 70 - Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

### CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>CÓMIC, MANGA E ILUSTRACIÓN (13-18 años)</b>	Miércoles	19:00-21:00	<b>47,50 €</b>	10

(\*) El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.

## ABOGADOS DE ATOCHA

Centro Polivalente Abogados de Atocha. C/ Londres, 11-B, planta baja. Tel. 91 678 38 65

### CURSOS ANUALES 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>TÉCNICAS DE ESTUDIO</b>	Miércoles	17:30-19:30	<b>47,50 €</b>	8

\*El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.

## LA CAJA DEL ARTE

C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tfno: 91 235 31 98 - Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

### CURSO ANUAL 15 de octubre de 2020 a 18 de junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>PRODUCCIÓN MUSICAL AVANZADA (16-35 años)</b>	Miércoles	19:30-21:30	<b>47,50 €</b>	12

(\*) El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.



## CURSOS MONOGRÁFICOS 15 octubre de 2020 a 18 junio de 2021

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
<b>ILUSTRACIÓN DIGITAL (16-35 años)</b>	Jueves	17:30-19:30	<b>47,50 €</b>	12

(\*) El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio.

## ACTIVIDADES DE LA CONCEJALÍA DE JUVENTUD

### ASESORÍA DE ESTUDIOS Y PROFESIONES

Horario: L a J de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00h.  
Viernes de 10:00 a 14:00h.

### ASESORÍA PSICOLÓGICA Y SEXUALIDAD

Horario: Lunes y Jueves de 17:00 a 20:00h.  
**NOVEDAD: efectos Covid-19**

### ASESORÍA DE VIAJES-VIAJETECA

Asesoramiento especializado para organizar viajes, rutas, búsqueda de alojamientos, espacios naturales...  
Servicio de préstamo de material de montaña.  
Guías especializadas. Horario: jueves de 17:00 a 20:00h.

### TRAMITACIÓN DE CARNÉ PARA JÓVENES

CARNÉ JOVEN



¡GRATUITO!

CARNÉ DE ALBERGUISTA  
CARNÉ INTERNACIONAL DE ESTUDIANTE

### PROGRAMA DE GARANTÍA JUVENIL

En el Servicio de Información Juvenil gestionamos la inscripción en el Programa Garantía Juvenil, impulsado por el INJUVE y el Ministerio de Trabajo, Migraciones y Seguridad Social.

### AULA DE OCIO Y NATURALEZA

#### ESCALADA INDOOR (14-17 AÑOS)

Fecha: sábado 17 de octubre.

#### RUTA DE SENDERISMO (18-35 AÑOS)

Fecha: sábado 14 de noviembre.

#### SENDERISMO INVERNAL (14-17 AÑOS)

Fecha: sábado 19 de diciembre.



**INCLUYE:**  
Traslado en autobús, actividad y monitores especializados

## Y ADEMÁS...

### CURSO MONOGRÁFICO DE TÉCNICAS DE AIRE LIBRE

Formación teórico-práctica (48 horas).  
Fechas: 23, 24, 25, 30, 31 de octubre, 1 y 2 de noviembre.  
Horario: viernes de 17:00 h a 21:00 h y fines de semana.  
Edad: de 18 a 35 años.  
Precio: 60 €

Incluye: formadores especializados, traslados y actividades de Orientación y Geocaching, Espeleología y Ruta a Caballo.

### CURSO MONOGRÁFICO DE INICIACIÓN AL PARKOUR

Fechas: 21 y 22 de noviembre.  
Edad: de 14 a 35 años.  
Precio: 10 €

Incluye: formadores especializados, traslados y actividades.

### CURSO MONOGRÁFICO DE FOTOGRAFÍA EN LA NATURALEZA

Fechas: 26, 28 y 29 de noviembre.  
Edad: de 18 a 35 años.  
Precio: 10 €

Incluye: formadores especializados, traslados y actividades.

### CURSO MONOGRÁFICO DE GEOCACHING

Fechas: 10, 12 y 13 de diciembre.  
Edad: de 18 a 35 años.  
Precio: 10 €

Incluye: formadores especializados, traslados y actividades.



## EL PROGRAMA JUVENIL DE OCIO NOCTURNO LA NOCHE ABIERTA Y EL AULA DE LIBRE ACCESO A INTERNET

se mantienen en suspenso y reanudarán su actividad  
cuando se establezca la situación sanitaria

### Instalaciones de OCIO SEGURO | PROTOCOLOS COVID-19

DÍAS ESPECIALES  
de Torrejón de Ardoz  
**PARQUES  
TEMÁTICOS**  
2020  
Octubre–Noviembre

17 y 18 Oct.: **Parque de Atracciones** (18€)  
24 y 25 Oct.: **Parque Warner** (20€)  
31 Oct. y 1 DE Nov.: **CocoRoom Torrejón** (25% de descuento en sala)  
7 y 8 Nov.: **Faunia** (17€)  
14 y 15 Nov.: **Rock N Jump Torrejón** (10€)  
21 y 22 de Nov.: **Snow Zone Xanadú** (29€: 4 horas / 19 €: 2 horas /  
15 €: 1 hora de tobogganing y snowbiker)  
28 y 29 de Nov.: **Karting Henakart** (10€)

## CONCEJALÍA DE JUVENTUD

Centro Polivalente Abogados de Atocha. C/ Londres, 11-B. Tel.: 91 678 38 65. [www.torrejonejoven.com](http://www.torrejonejoven.com)

Horario: L a J de 10:00 a 14:00h. y de 17:00 a 20:00h. y V de 10:00 a 14:00h.

Durante el mes de septiembre la Concejalía de Juventud permanecerá cerrada en horario de tarde.

Más información en la Concejalía de Juventud y en nuestras Redes Sociales:

- Facebook: Concejalía de Juventud Torrejón
- Twitter: @TorrejónJoven
- Instagram: @torrejonejoven

# INFANCIA

## ACTIVIDADES BEBETECAS, PEQUETECAS Y LUDOTECAS MUNICIPALES "LA CAÑADA" Y "GLORIA FUERTES"

### INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES (9:00-13:00 h):

Concejalía de Educación, C/ Boyeros, 5.  
Tels. 600 74 79 71 - 916 78 25 60.  
info.ludotecastorrejon@gmail.com

**Ludoteca Municipal "Gloria Fuertes",**  
Avda. Madrid, s/n.

**Ludoteca Municipal "La Cañada",**  
C/ Cañada, 50 (Centro Cultural Rafael Alberti).

**Inscripciones:** Hasta finalizar plazas.

### ALGUNAS CONSIDERACIONES:

- Los grupos no se abrirán si no existe un mínimo adecuado de participantes.
- Las inscripciones, una vez comenzado el curso, tendrán una reducción del 50% en la mensualidad si la incorporación es posterior al día 15.
- Las bajas tendrán efecto el mes siguiente de su comunicación.

**LA CONTINUIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS PODRÁ VERSE AFECTADA EN FUNCIÓN A LA NORMATIVA DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS.**



**BEBETECA:** Niños/as de 4 a 15 meses (con padres).

**PEQUETECA:** Niños/as de 1 a 3 años (con padres).

**LUDOTECA:** Niños/as de 3 a 11 años.

**Las actividades, adaptadas a los tramos de edad de los niños, serán realizadas por profesionales titulados y con experiencia, ofreciendo así la mayor calidad y tranquilidad.**



LUDOTECAS LA CAÑADA Y GLORIA FUERTES		
Coordinación	Departamento	Actividades
LUDOTECA, PEQUETECA Y BEBETECA	INNOVAPEQUES (actividades básicas)	Estimulación lectora, Estimulación musical Estimulación plástica Experimenta y Explora
	INNOVAKIDS (inglés)	Meetkids Funphonics artEnglish

INNOVAPEQUES (actividades básicas)*		
Actividad	Modalidad	Precio
Estimulación Lectora	1 actividad (1 hora semanal)	22 €/mes
Estimulación Musical	2 actividades	37 €/mes
Estimulación Plástica	3 actividades	49 €/mes
Experimenta y Explora	4 actividades*	60 €/mes

\* A partir de la cuarta actividad, se añadirán 10 euros por cada una.

INNOVAKIDS (inglés)		
Actividad	Modalidad	Precio
Meetkids	1 actividad (1 hora semanal)	26 €/mes
Funphonics	2 actividades*	45 €/mes
artEnglish/InnovaSchool/InnovaExplorer	2 horas semanales	30 €/mes
InnovaTech	1,5 horas semanales	40 €/mes

\* A partir de dos sesiones, se añadirán 20 euros por sesión. Se podrán combinar actividades básicas e inglés, siendo su importe la suma de ambas.

Las actividades se desarrollarán con el siguiente horario:

Lunes a viernes: 09:30 a 13:00 h.

Lunes a jueves: 16:30 a 19:00 h.

El inicio de las actividades comenzará el próximo día 1 de octubre.

BEBETECA	
Modalidad	Precio
1 sesión de 45 minutos/semana	22 €/mes
2 sesiones de 45 minutos/semana	37 €/mes

# MAYORES

## CURSOS 2020-21

Debido a la situación actual provocada por la crisis sanitaria de la COVID-19 y teniendo en cuenta los diferentes escenarios que se pueden presentar en los próximos meses, estamos trabajando para ofrecer diferentes actividades específicas para los mayores a través de una nueva plataforma digital. Podrás suscribirte al CanalMayores Torrejón de Ardoz y seguir las distintas actividades programadas.

## NUEVO CANALMAYORES ON LINE

La Concejalía de Mayores ofrecerá a través de su cuenta en Facebook y su canal de Youtube (CanalMayores) una serie de talleres gratuitos on line, llevando información y entretenimiento para todos hasta el momento de poder abrir los centros municipales de mayores.

Para cualquier información pueden llamar al Teléfono de la Concejalía de Mayores de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h.

Teléfono de información y petición de cita previa: 91 656 65 14.

Correo electrónico para información y consultas mayores@ayto-torrejon.es

## Nuevo CANALMAYORES ON LINE

### ACTIVIDADES FÍSICAS ON LINE

- Gimnasia de mantenimiento, Bio-balance, Gimnasia energética.
- Sesiones sobre: Estiramientos, Calentamientos, Fuerza, Coordinación, Equilibrio, Movilidad articular, etc.
- Mifisio: Consejos para trabajar esas partes que suelen molestar.

### ACTIVIDADES SOBRE COMPETENCIAS DIGITALES ON LINE

- Manejo Smartphone-Android.
- Aplicaciones para la vida diaria (podómetros, cita médica, aviso medicación, etc.).
- Whatsapp – Ajustes y utilidades.
- Redes sociales.
- Plataformas útiles para personas mayores.

### ACTIVIDADES CULTURALES Y DE BIENESTAR EMOCIONAL ON LINE

- Refréscame la Memoria: propuestas de ejercicios de estimulación cognitiva.
- Tertulias y lecturas.
- Mi yo emocional: Consejos para el bienestar emocional.
- Mandaleando – Color y forma para la relajación.
- Rompiendo Soledades: – Charlas virtuales.

Los talleres y cursos programados de forma habitual por la Concejalía de Mayores quedan en suspenso por la COVID-19, pudiendo retomarse si la evolución de la situación sanitaria es favorable.

# NOTAS

2020  
2021

# Cursos y Talleres

EMPLEO | MUJER | CULTURA | JUVENTUD  
DEPORTES | MAYORES | INFANCIA | UNED

Más información en [www.ayto-torrejon.es](http://www.ayto-torrejon.es)