

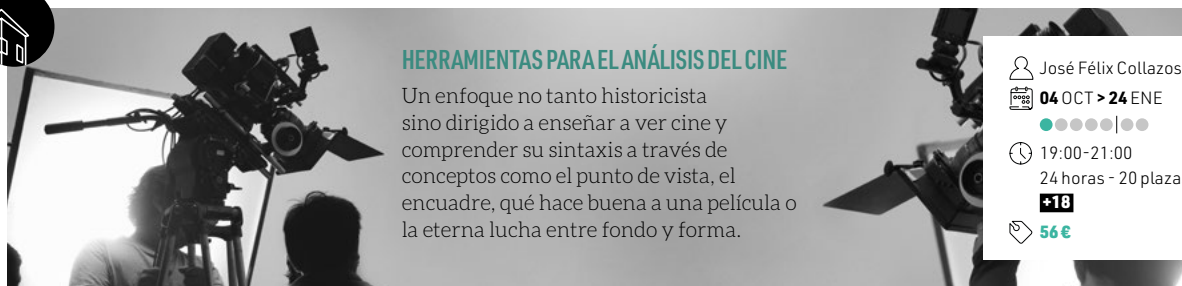
# RESUMEN DE CURSOS

## OCT2021 > ENE2022

CONDESTABLE C/ MAYOR, 2 | 31001 PAMPLONA | 948 224 249









TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
Activa tu carpeta personal de salud	Miren Loinaz	09:00 - 11:00	04>07OCT	●●●●●●●●	+18	8	4	CAS	12,00
Aprende informática. Itinerario Condestable Módulo 1: Iniciación	Miren Loinaz	11:30 - 13:30	04OCT>11NOV	●●●●●●●●	+18	8	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario Condestable Módulo 2: Internet (Grupo A)	Miren Loinaz	16:30 - 18:30	05OCT>11NOV	●●●●●●●●	+18	8	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario Condestable Módulo 2: Internet (Grupo B)	Miren Loinaz	11:30 - 13:30	22NOV>24ENE	●●●●●●●●	+18	8	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario Condestable Módulo 3: Gestión de archivos + La Nube	Miren Loinaz	16:30 - 18:30	23NOV>20ENE	●●●●●●●●	+18	8	22	CAS	52,00
Arquitectura creativa y digital con Lego	Discoverbricks	10:00 - 11:30	09OCT >22ENE	●●●●●●●●	6-12	8	18	CAS	51,00
Arte y patrimonio de Pamplona: Ilustración - Siglo XIX	Emilio Quintanilla	19:30 - 21:00	19OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	30	16,5	CAS	39,00
Ciberseguridad: Tecnología segura en tu móvil, tablet y ordenador	Eva Rodríguez de Luis	17:00 - 19:00	06OCT>12ENE	●●●●●●●●	+16	8	22	CAS	52,00
>> Empoderamiento femenino a través del movimiento y la expresión	Ainhoa Iturgáiz	19:00 - 20:30	07OCT>20ENE	●●●●●●●●	+18	10	18	CAS	42,00
>> Grabado	Mª Carmen Jiménez	19:00 - 21:00	04OCT>24ENE	●●●●●●●●	+18	9	24	CAS	68,00

### HERRAMIENTAS PARA EL ANÁLISIS DEL CINE

Un enfoque no tanto historicista sino dirigido a enseñar a ver cine y comprender su sintaxis a través de conceptos como el punto de vista, el encuadre, qué hace buena a una película o la eterna lucha entre fondo y forma.

 José Félix Collazos  
 04 OCT > 24 ENE  
  
 19:00-21:00  
 24 horas - 20 plazas  
 +18  
 56 €

Los puntos indican los días de la semana de lunes a domingo ● Día con actividad | ○ Día sin actividad  
 Tipo de curso: >> Curso con continuidad en 2021 | ★ Curso gratuito



### INICIACIÓN AL PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL

Curso teórico práctico para introducirse en el concepto de patrimonio inmaterial: identificación, normativa, memoria o identidad serán algunas de las líneas que se trabajarán en este nuevo curso, en el que se explicarán también las metodologías de salvaguarda y transmisión.



Labrit Patrimonio

06 OCT > 24 NOV

19:00-20:30

12 horas - 45 plazas

+18

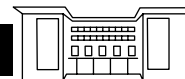
28 €

TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
Introducción al papel hecho a mano y encuadernación	Ariadne Iribarren	19:00 - 21:30	06OCT>22DIC	●●●●● ●●	+18	9	25	CAS	<b>71,00</b>
Office 365: Word, Excel y la Nube 1	Miren Loinaz	09:00 - 11:00	14OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	8	22	CAS	<b>52,00</b>
>> Patchwork 1	Inés Lerános	19:30 - 21:30	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	8	24	CAS	<b>68,00</b>
Photoshop. Iniciación al retoque fotográfico 1	Miren Loinaz	12:00 - 14:00	06OCT>12ENE	●●●●● ●●	+16	8	22	CAS	<b>52,00</b>
>> Pintura al óleo 1	Mª Carmen Jiménez	10:00 - 13:00	09OCT>18DIC	●●●●● ●●	+18	8	30	CAS	<b>71,00</b>
>> Poesía creativa	Daniel Aldaya	19:30 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	8	18	CAS	<b>42,00</b>
Preinicio a la informática. Módulo 0: Aprende a utilizar el ordenador desde cero (Grupo A)	Miren Loinaz	09:30 - 11:00	11OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	8	15	CAS	<b>35,00</b>
>> Reciclaje y restauración de muebles (avanzado). Grupo 3	Helena Chocarro	09:30 - 11:30	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	9	24	CAS	<b>68,00</b>
>> Reciclaje y restauración de muebles. Grupo 1	Helena Chocarro	12:00 - 14:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	9	24	CAS	<b>68,00</b>
>> Taller de fotografía avanzada en formato Raw 1 (con conocimientos)	José Luis Pujol	19:00 - 21:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	8	24	CAS	<b>56,00</b>
>> Urban Sketchers	Aitor Razkin	10:00 - 13:00	09OCT>18DIC	●●●●● ●●	+18	9	30	CAS	<b>71,00</b>
>> Xilografía	Aitor Razkin	18:00 - 21:00	08OCT>17DIC	●●●●● ●●	+18	9	30	CAS	<b>85,00</b>
Xilografía japoniarra	Aitor Razkin	18:00 - 21:00	07ENE>28ENE	●●●●● ●●	+18	9	12	EUS	<b>34,00</b>

### CURSOS DE COCINA

La cocina de Civivox Condestable volverá a albergar cursos de cocina y catas de vino de manera presencial. Cocina de diversos lugares del mundo, para toda la familia, repostería, o cocina tradicional, para todos los públicos.

Cata de vino: Iniciación	D.O. Navarra	19:00 - 21:00	07OCT>11NOV	●●●●● ●●	+18	10	12	CAS	<b>28,00</b>
Cenas sabrosas, ligeras y saludables	Sila Pano	19:00 - 21:00	11ENE>20ENE	●●●●● ●●	+18	10	8	CAS	<b>30,00</b>
Cocina en 20 minutos	Jose Luis Aranguren	10:00 - 12:00	06OCT>10NOV	●●●●● ●●	+18	10	12	CAS	<b>34,00</b>
Cocina latinoamericana	Henry Alvarado	19:00 - 21:00	10NOV>22DIC	●●●●● ●●	+18	10	12	CAS	<b>34,00</b>
Cocina vegana para principiantes	Sila Pano	10:00 - 12:00	19OCT>23NOV	●●●●● ●●	+18	10	12	CAS	<b>34,00</b>
Escuela de cocina	Jose Luis Aranguren	10:00 - 12:00	04OCT>15NOV	●●●●● ●●	+18	10	12	CAS	<b>34,00</b>
Recetas de cine	Henry Alvarado	19:00 - 21:00	10ENE>19ENE	●●●●● ●●	+18	10	8	CAS	<b>30,00</b>
Repostería saludable	Sonia Carrasco	18:00 - 20:00	07OCT>11NOV	●●●●● ●●	+18	10	12	CAS	<b>34,00</b>
Taller de dulces navideños	Sonia Carrasco	18:00 - 21:00	23DIC	●●●●● ●●	+18	10	3	CAS	<b>11,00</b>
Taller de dulces navideños (familiar)	Sonia Carrasco	10:00 - 12:00	27DIC	●●●●● ●●	6-10	5	2	CAS	<b>7,00</b>
Taller de roscón de Reyes	Sonia Carrasco	17:00 - 20:30	28DIC	●●●●● ●●	+18	10	3,5	CAS	<b>13,00</b>



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> Circuito en forma y vida saludable 1	Virginia Gaztelu	12:30 - 13:30	04OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	5	24	CAS	56,00
>> Consciencia y armonía	Itziar Vicente	12:00 - 13:30	04OCT>24ENE	●●●●● ●●	+18	8	16,5	CAS	39,00
>> Dibujo 1	Carmen Salgado	19:00 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	8	24	CAS	68,00
GAP	Catalina Villegas	20:00 - 21:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	5	14	CAS	33,00
>> Guitarra	Julen Hoyuelos	19:30 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	8	18	CAS	42,00
>> Iniciación a la fotografía 1	Irati Aizpurua	12:00 - 14:00	09OCT>15ENE	●●●●● ●●	+18	9	20	CAS	47,00
>> Patchwork 2	Inés Leránz	19:15 - 21:15	07OCT>13ENE	●●●●● ●●	+18	7	24	CAS	68,00
>> Pilates 1	Amaya Saralegui	20:00 - 21:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	5	23	CAS	54,00
>> Pilates 2 (avanzado)	Itziar Arrastia	09:30 - 10:30	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	5	22	CAS	52,00
>> Pilates 3	Lucía Berrio	12:30 - 13:30	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	5	23	CAS	54,00
>> Pilates 4	Amaya Saralegui	18:45 - 19:45	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	5	23	CAS	54,00
>> Pintura al óleo 2	Guillermo Sarmiento	11:00 - 13:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	8	24	CAS	56,00
>> Pintura al óleo 3	Guillermo Sarmiento	11:00 - 13:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	8	24	CAS	56,00
>> Postura y conciencia corporal 1	Itziar Vicente	10:45 - 12:15	08OCT>21ENE	●●●●● ●●	+18	5	18	CAS	42,00
>> Rueda cubana, chachacha y merengue	Martintxo Herrero	12:30 - 14:00	09OCT>22ENE	●●●●● ●●	+18	5	18	CAS	42,00
>> Sevillanas y coreografía flamenca 1	Virginia Díaz	18:30 - 20:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	5	19,5	CAS	46,00
>> Sevillanas iniciación 1	Alicia Cancel	17:00 - 18:30	08OCT>21ENE	●●●●● ●●	+18	5	18	CAS	42,00
>> Taichi 1	Lourdes Gorritxo	09:30 - 10:30	04OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	5	24	CAS	56,00
>> Talla de madera 1	Iñaki Villanueva	19:00 - 21:30	07OCT>13ENE	●●●●● ●●	+18	6	30	CAS	85,00
>> Técnicas de relajación 1	Itziar Vicente	12:00 - 13:30	06OCT>12ENE	●●●●● ●●	+18	8	16,5	CAS	39,00
>> Técnicas hipopresivas 1	Itziar Arrastia	11:00 - 12:00	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	5	22	CAS	52,00
Trámites por internet 1	Miren Loinaz	17:30 - 19:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	9	16,5	CAS	39,00
>> Yoga 1	Itziar Vicente	10:45 - 12:00	04OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	5	27,5	CAS	65,00
>> Yoga 2	Itziar Vicente	09:15 - 10:45	08OCT>21ENE	●●●●● ●●	+18	5	18	CAS	42,00
>> Yoga 3	Goizane Ardanaz	17:00 - 18:15	04OCT>24ENE	●●●●● ●●	+18	5	13,75	EUS	32,00



### MANEJAR MIS EMOCIONES PARA TENER UNA VIDA MÁS SANAY COMPLETA

En el taller aprenderemos estrategias de regulación, adoptando una actitud positiva hacia las emociones.

Unax Flores

05 OCT > 18 ENE

●●●●●|●●

19:00-20:30

18 horas - 10 plazas

+18

42 €

### REBELDES Y PELIGROSAS DE CINE Y SERIES. LAS CHICAS MALAS QUE FUERON A TODAS PARTES

Análisis de películas y series de televisión desde un punto de vista de género y un punto de vista novedoso que se centra en los personajes femeninos que han cambiado las reglas del juego de la representación.

María Castejón

14 OCT > 20 ENE

●●●●●|●●

18:00-20:00

14 horas - 10 plazas

+18

20 €



## ENSANCHE

TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> Yoga 4	Txari Eleta	09:15 - 10:30	09OCT>22ENE	●●●●●●●●	+ 18	5	13,75	EUS	32,00
>> Yogilates 1	Amaya Saralegui	17:15 - 18:15	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+ 18	5	23	CAS	54,00
>> Yogilates 2	Itziar Vicente	12:15 - 13:45	08OCT>21ENE	●●●●●●●●	+ 18	5	18	CAS	42,00
>> Hatha yoga	Ainhoa Giraldo	17:00 - 18:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	+ 18	5	13	CAS	31,00
>> Pilates antiestrés	Itziar Etxarte	20:00 - 21:00	08OCT>21ENE	●●●●●●●●	+ 18	5	13	CAS	31,00
>> Vinyasa yoga 1	Ainhoa Giraldo	18:30 - 19:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+ 18	5	23	CAS	54,00

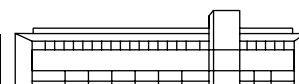
### CICLO DE TALLERES DE IKEBANA

¿Sabes que puedes acercarte a la filosofía ZEN a través de las flores?

Ikebana, el arte tradicional japonés de arreglo floral, se centra principalmente en la combinación de elementos de todas las estaciones del año para mostrar el equilibrio de la naturaleza y la creencia de que todo es efímero, ofreciendo una experiencia ZEN que ayuda a relajarse y a combatir el estrés del día a día.

Taller de Ikebana-kado. Grupo 1	Kumiko Sawada	18:30 - 20:00	04>25OCT	●●●●●●●●	+ 18	8	6	CAS	22,00
Taller de Ikebana-kado. Grupo 2	Kumiko Sawada	10:30 - 12:00	08NOV>13DIC	●●●●●●●●	+ 18	8	6	CAS	22,00
Taller de Ikebana-kado. Grupo 3	Kumiko Sawada	18:30 - 20:00	08NOV>13DIC	●●●●●●●●	+ 18	8	6	CAS	22,00

## ITURRAMA C/ ESQUIROZ, 24 | 31007 PAMPLONA | 948 366 655

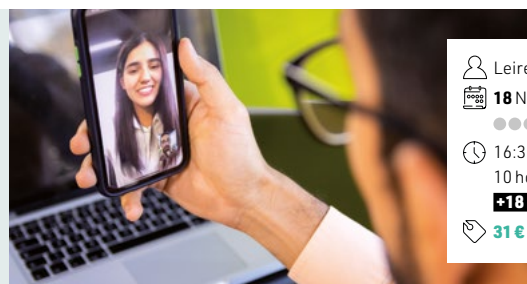


TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
Acercamiento al arte contemporáneo	Fermín Alvira	10:00 - 12:00	16OCT>15ENE	●●●●●●●●	+ 18	15	12	CAS	28,00
>> Acuarela 1	Fermín Alvira	19:00 - 21:00	04OCT>24ENE	●●●●●●●●	+ 18	12	24	CAS	56,00
Aprende a manejar tu iPhone y iPad	Eva Rodríguez de Luis	17:00 - 19:00	04OCT>17ENE	●●●●●●●●	+ 18	10	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario iturrama Módulo 1: Iniciación	Leire Vicuña	09:30 - 11:30	04OCT>10NOV	●●●●●●●●	+ 18	10	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario iturrama Módulo 2: Internet (Grupo A)	Leire Vicuña	12:00 - 14:00	04OCT>10NOV	●●●●●●●●	+ 18	10	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario iturrama Módulo 2: Internet (Grupo B)	Leire Vicuña	09:30 - 11:30	22NOV>24ENE	●●●●●●●●	+ 18	10	22	CAS	52,00
Aprende informática. Itinerario iturrama Módulo 3: Gestión de archivos + La Nube	Leire Vicuña	12:00 - 14:00	22NOV>24ENE	●●●●●●●●	+ 18	10	22	CAS	52,00
>> Circuito en forma y vida saludable 2	Virginia Goñi	12:30 - 13:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+ 18	20	23	CAS	54,00
Conversaciones con la música: Música y pintura	Beatriz Pomés	19:30 - 21:00	14OCT>13ENE	●●●●●●●●	+ 18	15	15	CAS	35,00
>> Danza afrobeat	Gloria Soya	18:00 - 19:30	08OCT>21ENE	●●●●●●●●	+ 18	24	19,5	CAS	46,00
>> Entzumenaren yoga	Txari Eleta	11:30 - 13:30	16OCT>15ENE	●●●●●●●●	+ 18	20	12	EUS	28,00



### HERRAMIENTAS DIGITALES PARA VIDEOLLAMADAS 1

En este curso aprendemos a instalar y utilizar Skype y Zoom, y veremos otras aplicaciones para hacer videollamadas con nuestro teléfono móvil.



Leire Vicuña  
 18 NOV > 13 ENE  
 ●●●●●●●●  
 16:30 - 18:30  
 10 horas - 10 plazas  
 +18  
 31 €



## HIGHWAY TO ENGLISH

¿Quieres mejorar tu nivel de inglés?  
¡Sí! ¿Cómo? Mediante actividades  
dinámicas y estimulantes como  
Murder Mystery, juego de roles y  
dinámicas de grupo.



Top Ten Academy  
07 OCT > 20 ENE  
●●●●●●●●●●  
09:30-11:00  
19,5 horas - 7 plazas  
+18  
46 €

TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
Escritoras de letras tomar	Marisol Artica	19:00 - 21:00	18OCT>20DIC	●●●●●●●●●●	+18	15	14	CAS	33,00
Guía básica de redes sociales	Leire Vicuña	16:30 - 18:30	07OCT>04NOV	●●●●●●●●●●	+18	10	10	CAS	31,00
La fábrica de experiencias artísticas en familia	Elena Eraso	17:30 - 18:30	07OCT>20ENE	●●●●●●●●●●	Familiar (4-8)	6	13	CAS	37,00
>> Los mejores directores de la historia del cine y las primeras directoras	Iñaki Arrubla	19:00 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●●●	+18	15	22	CAS	52,00
Photoshop. Iniciación al retoque fotográfico 2	Leire Vicuña	19:00 - 21:00	07OCT>13ENE	●●●●●●●●●●	+16	10	22	CAS	52,00
>> Pilates 6	Ainhoa Giraldo	16:15 - 17:30	08OCT>21ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	15	CAS	35,00
>> Pilates 7	Katrin Novillo	09:00 - 10:00	06OCT>21ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	23	CAS	54,00
>> Pilates 8	Virginia Goñi	12:00 - 13:00	04OCT>19ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	23	CAS	54,00
>> Pilates 9	Irati del Valle	15:30 - 16:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	22	CAS	52,00
>> Pilates 10	Ainhoa Giraldo	19:30 - 20:30	05OCT>14ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	22	CAS	52,00
>> Pintura al óleo 4 (con conocimientos)	Guillermo Sarmiento	19:00 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●●●	+18	12	24	CAS	56,00
>> Sevillanas (Conocimientos)	Virginia Díaz	18:30 - 20:00	04OCT>24ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	18	CAS	42,00
>> Taichi y Chi Kung	Lourdes Gorritxo	10:45 - 12:00	07OCT>20ENE	●●●●●●●●●●	+18	20	30	CAS	71,00
Taller de collage	Carmen Salgado	19:00 - 21:00	07OCT>20ENE	●●●●●●●●●●	+18	6	24	CAS	68,00
>> Taller de fotografía avanzada en formato Raw 2 (con conocimientos)	José Luis Pujol	18:00 - 20:00	05OCT>18ENE	●●●●●●●●●●	+18	10	24	CAS	56,00
Taller de narrativa. Libro de relatos "Las pequeñas virtudes" de Natalia Ginzburg	Ignacio Lloret	19:00 - 21:00	04NOV>25NOV	●●●●●●●●●●	+18	7	8	CAS	19,00
Taller de narrativa. Novela "Al faro" de Virginia Woolf	Ignacio Lloret	19:00 - 21:00	07OCT>28OCT	●●●●●●●●●●	+18	7	8	CAS	19,00
>> Técnicas artísticas	Mª Carmen Jiménez	10:00 - 11:30	05OCT>21DIC	●●●●●●●●●●	+18	12	30	CAS	71,00
Técnicas artísticas (continuación)	Mª Carmen Jiménez	10:00 - 11:30	11ENE>27ENE	●●●●●●●●●●	+18	12	9	CAS	28,00
>> Yoga 5	Txari Eleta	19:15 - 20:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	28,75	CAS	68,00
Yoga infantil	Goizane Ardanaz	11:45 - 13:00	09OCT>22ENE	●●●●●●●●●●	4-10	12	15	CAS	35,00
>> Yoga y sonido	Txari Eleta	11:30 - 13:30	09OCT>08ENE	●●●●●●●●●● SÁBADOS ALTERNOS	+18	20	14	CAS	33,00
>> Yoga, core, espalda sana	Txari Eleta	12:00 - 13:30	08OCT>21ENE	●●●●●●●●●●	+18	20	19,5	CAS	46,00
>> Yoga, zentrua, bizkarra	Txari Eleta	19:30 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●●●	+18	20	19,5	EUS	46,00
>> Yogilates 3	Katrin Novillo	10:20 - 11:20	06OCT>21ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	23	CAS	54,00
>> Yogilates 4	Ainhoa Giraldo	18:00 - 19:00	05OCT>14ENE	●●●●●●●●●●	+18	24	22	CAS	52,00
>> Zumba Gold 1	Alfredo Arocena	17:30 - 18:30	07OCT>20ENE	●●●●●●●●●●	+18	20	14	CAS	33,00

TÍTULO PROFESORADO HORARIO FECHA DÍA EDAD PLAZAS HORAS IDIOMA PRECIO

### VUELVEN LOS CURSOS ACUÁTICOS AL BALNEARIO URBANO DE ITURRAMA

Civiox iturrama retoma esta temporada los cursos impartidos en la piscina grande del centro, con todas las medidas de seguridad garantizadas en sus instalaciones. Contarán con cursos de distintas modalidades, para todos los públicos: desde 'gimnasia en el agua (+60)', 'aquafitness' o 'aquagym', hasta 'natación infantil, familiar o personas adultas'. Pueden realizar sus inscripciones a partir del 9 de septiembre a través de cualquiera de los cauces habituales.

<b>Aquafitness 1</b>	Aitor Requejo	16:30 - 17:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+16	8	23	CAS	<b>54,00</b>
<b>Aquafitness 2</b>	Aitor Requejo	16:30 - 17:30	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	+16	8	24	CAS	<b>56,00</b>
<b>Aquagym 1</b>	Aitor Requejo	15:00 - 16:00	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+16	8	23	CAS	<b>54,00</b>
<b>Aquagym 2</b>	Aitor Requejo	15:00 - 16:00	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	+16	8	24	CAS	<b>56,00</b>
<b>Fitness acuático 1</b>	Ana López	10:45 - 11:45	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	+16	8	24	CAS	<b>56,00</b>
<b>Gimnasia en el agua (+ 60) 1</b>	Aitor Requejo	10:45 - 11:45	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+60	8	23	CAS	<b>54,00</b>
<b>Gimnasia en el agua (+ 60) 2</b>	Ana López	12:15 - 13:15	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	+60	8	24	CAS	<b>56,00</b>
<b>Igeriketa familiar 1</b>	Iñaki de Esteban	19:30 - 20:00	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	3-5	6	5,5	EUS	<b>17,00</b>
<b>Igeriketa familiar 2</b>	Iñaki de Esteban	20:00 - 20:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	6-9	6	5,5	EUS	<b>17,00</b>
<b>Natación en familia 3</b>	Iñaki de Esteban	12:00 - 12:30	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	3-5	6	6	CAS	<b>19,00</b>
<b>Natación en familia 4</b>	Iñaki de Esteban	12:30 - 13:00	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	6-9	6	6	CAS	<b>19,00</b>
<b>Natación infantil 1 (3-5 años)</b>	Iñaki de Esteban	18:00 - 18:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	3-5	6	11,5	CAS	<b>36,00</b>
<b>Haur igeriketa 1 (6-9 urte)</b>	Iñaki de Esteban	19:00 - 19:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	6-9	6	11,5	EUS	<b>36,00</b>
<b>Haur igeriketa 2 (3-5 urte)</b>	Iñaki de Esteban	18:00 - 18:30	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	3-5	6	12	EUS	<b>28,00</b>
<b>Haur igeriketa 2 (6-9 urte)</b>	Iñaki de Esteban	19:00 - 19:30	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	6-9	6	12	EUS	<b>28,00</b>
<b>Natación infantil 3 (3-5 años)</b>	Iñaki de Esteban	18:30 - 19:00	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	3-5	6	12	CAS	<b>28,00</b>
<b>Natación infantil 3 (6-9 años)</b>	Iñaki de Esteban	19:30 - 20:00	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	6-9	6	11,5	CAS	<b>36,00</b>
<b>Haur igeriketa 4 (3-5 urte)</b>	Iñaki de Esteban	18:30 - 19:00	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	3-5	6	11,5	EUS	<b>36,00</b>
<b>Natación infantil 4 (6-9 años)</b>	Iñaki de Esteban	20:00 - 20:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	6-9	6	11,5	CAS	<b>36,00</b>
<b>Natación infantil 5 (3-5 años)</b>	Iñaki de Esteban	10:00 - 10:30	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	3-5	6	6	CAS	<b>19,00</b>
<b>Natación infantil 6 (3-5 años)</b>	Iñaki de Esteban	10:30 - 11:00	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	3-5	6	6	CAS	<b>19,00</b>
<b>Haur igeriketa 7 (3-5 urte)</b>	Iñaki de Esteban	11:00 - 11:30	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	3-5	6	6	EUS	<b>19,00</b>
<b>Natación infantil 8 (3-5 años)</b>	Iñaki de Esteban	11:30 - 12:00	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	3-5	6	6	CAS	<b>19,00</b>
<b>Natación personas adultas 1 (perfeccionamiento)</b>	Aitor Requejo	09:15 - 10:15	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+16	8	23	CAS	<b>54,00</b>
<b>Natación personas adultas 2</b>	Ana López	09:15 - 10:15	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	+16	8	24	CAS	<b>56,00</b>
<b>Natación personas adultas 3</b>	Aitor Requejo	12:15 - 13:15	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+16	8	23	CAS	<b>54,00</b>







TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> <b>Aerobic 1</b>	Jon Urbizu	20:00 - 21:00	08OCT>21ENE	●●●●● ●●	+18	15	12	EUS	28,00
<b>Aprende y analiza tu fondo de armario</b>	Eugenia y Carmen Oiz MASQUEMILPALABRAS	19:00 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	10	24	CAS	56,00
<b>Asertividad, cómo relacionarse de forma más adaptativa con los demás</b>	Unax Flores	19:00 - 20:30	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	10	18	CAS	42,00
<b>Autoconocimiento para el bienestar personal basado en Mindfulness 2</b>	Esther Valls	11:00 - 12:30	08OCT>21ENE	●●●●● ●●	+18	10	18	CAS	42,00
>> <b>Baile activo</b>	Itziar Etxarte	18:30 - 19:30	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	7-12	15	13	CAS	31,00
>> <b>Bailes latinos 1</b>	Martintxo Herrero	16:30 - 18:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	15	19,5	CAS	46,00
>> <b>Bisutería con arcilla polimérica</b>	Isabel Jaso	19:00 - 21:00	07OCT>13ENE	●●●●● ●●	+18	10	24	CAS	68,00
<b>Club de conversación: Améliorez et consolidez votre français!</b>	Marc Monreal	11:00 - 12:30	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	10	18	FRA	42,00
>> <b>Costura</b>	Inés Leránóz	19:00 - 20:30	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	10	18	CAS	51,00
>> <b>Danza fusion: Árabe- Flamenco</b>	Alicia Cancel	18:30 - 20:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	15	19,5	CAS	46,00
>> <b>Danzas populares</b>	Nafarroako Dantzarien Biltzarra	19:00 - 20:30	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	15	18	CAS	42,00
>> <b>Dibujo 2</b>	Carmen Salgado	19:00 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	15	24	CAS	68,00
>> <b>Hipopilates</b>	Itziar Vicente	16:30-18:00	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	15	16,5	CAS	39,00
<b>Creación de podcast</b>	Iosu Martí	17:00 - 19:00	19OCT>25ENE	●●●●● ●●	+14	7	22	CAS	52,00
>> <b>Mugimenduko GAP-a</b>	Itziar Etxarte	20:00 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	15	13	EUS	31,00
<b>Office 365: Word, Excel y la Nube 2</b>	Miren Loinaz	11:30 - 13:30	08OCT>14ENE	●●●●● ●●	+18	7	22	CAS	52,00
<b>Pequeartistas: Del taller del artista al aula creativa</b>	Marta Azagra	17:00 - 18:30	04OCT>22ENE	●●●●● ●●	6-12	10	15	CAS	42,00
<b>Pequeña ciencia</b>	Javier Liras (Kyokan)	16:30 - 18:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	6-12	10	19,5	CAS	55,00
>> <b>Pilates 11</b>	Itziar Vicente	09:30 - 10:30	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	15	22	CAS	52,00
>> <b>Pilates 12</b>	Itziar Vicente	18:15 - 19:45	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	15	16,5	EUS	39,00
>> <b>Pilates &amp; GAP Fusión</b>	Aurora Gutiérrez	10:00 - 11:30	09OCT>22ENE	●●●●● ●●	+18	15	19,5	CAS	46,00
>> <b>Pintura al óleo 5</b>	David Anocibar	19:00 - 21:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	15	24	CAS	68,00
>> <b>Reciclaje y restauración de muebles (Grupo 2)</b>	Helena Chocarro	17:30 - 19:30	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	10	24	CAS	68,00
>> <b>Reordenación postural</b>	Isabel Rodríguez	12:00 - 13:30	05OCT>08ENE	●●●●● ●●	+18	7	16,5	CAS	39,00
<b>Robótica con Lego 1</b>	Mecarapid	18:00 - 19:30	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	6-12	6	19,5	CAS	46,00
>> <b>Salsa , rueda cubana, bachata y cha cha chá</b>	Itziar Etxarte	12:00 - 13:30	09OCT>22ENE	●●●●● ●●	+18	15	16,5	CAS	39,00
>> <b>Stretching Yoga</b>	Vicente, Itziar	20:00 - 21:30	05 OCT >11 ENE	●●●●● ●●	+18	15	16,5	CAS	39,00



### COMPOSICIÓN Y PRODUCCIÓN MUSICAL

Aprende a grabar, componer e interpretar música con tu ordenador usando Ableton Live como software de referencia en la industria musical, creando tus primeras composiciones donde sea que estés e independientemente de tu nivel musical.

Santi Noriega  
 20 OCT > 26 ENE  
 ●●●●●|●●  
 17:00-19:00  
 22 horas - 7 plazas  
 +14  
 52 €

### ILUSTRACIÓN CREATIVA PARA JÓVENES

El taller de Ilustración creativa juvenil ofrece una educación artística dentro del espacio de ocio y tiempo libre. Un taller en el que aprenderás a combinar las técnicas del lettering y la ilustración realizando ejercicios técnicos y diseños más personales.

Nati Garbayo  
 02 OCT > 27 NOV  
 ●●●●●|●●  
 17:00-18:30  
 13,5 horas - 10 plazas  
 +14  
 32 €

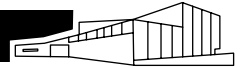
### TALLER DE DIBUJO DE FANZINES PARA JÓVENES

¿Qué es un fanzine? Un fanzine es un librito hecho por nosotros mismos donde las intervenciones artísticas quedan impresas y múltiples a través de la reproducción mecánica. Es una práctica autodidacta y nuestra intención es publicar un fanzine colectivo al final del curso.

Guillermo Sarmiento  
 09 OCT > 22 ENE  
 ●●●●●|●●  
 11:00-13:00  
 24 horas - 10 plazas  
 +14  
 68 €



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> Talla de madera 2	Mikel Okiñena	18:30 - 21:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	10	30	CAS	85,00
Taller de creación con Lego	Discoverbricks	18:00 - 19:30	05 OCT>18ENE	●●●●● ●●	6-12	10	18	CAS	51,00
>> Taller de fotografía avanzada en formato Raw 3 (con conocimientos)	José Luis Pujol	18:00 - 20:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	7	24	CAS	56,00
Taller de memoria activa 1	Cristina Gonçalves	19:00 - 20:30	06OCT>26ENE	●●●●● ●●	+18	10	18	CAS	42,00
>> Técnicas de relajación 2	Itziar Vicente	12:15 - 13:45	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	8	16,5	CAS	39,00
Trámites por internet 2	Miren Loinaz	09:30 - 11:00	08OCT>14ENE	●●●●● ●●	+18	7	16,5	CAS	39,00
>> West Coast	Reyes Barrabés	18:15 - 19:15	08OCT>21ENE	●●●●● ●●	+18	16	13	CAS	31,00
>> Yoga 6	Itziar Vicente	10:30 - 12:00	05 OCT>11ENE	●●●●● ●●	+18	8	16,5	CAS	39,00
>> Yogilates 5	Katrin Novillo	11:30 - 13:00	04OCT>17ENE	●●●●● ●●	+18	15	16,5	CAS	39,00
>> Zumba Gold 2	Alfredo Arocena	12:00 - 13:00	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	15	13	CAS	31,00



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> Acuarela 2	Fermín Alvira	19:00 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	14	24	CAS	68,00
>> Circuito metabólico	Catalina Villegas	20:15 - 21:15	04OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	15	24	CAS	56,00
Cuaderno creativo	Idoia Iribertegui	18:00 - 20:30	06OCT>19ENE	●●●●● ●●	+18	14	30	CAS	85,00
>> First Lego League 1	Discoverbricks	12:00 - 13:30	09OCT>22ENE	●●●●● ●●	10-14	5	18	CAS	51,00
>> First Lego League 2	Discoverbricks	12:00 - 13:30	09OCT>22ENE	●●●●● ●●	10-14	5	18	CAS	51,00
Oinarrizko gida sare sozialei buruz	Leire Vicuña	16:30 - 18:30	23NOV>11ENE	●●●●● ●●	+18	8	10	EUS	31,00
Huerto urbano de otoño	Oscar Ibáñez	11:00 - 13:00	09OCT>13NOV	●●●●● ●●	+18	10	8	CAS	25,00
Low cost hiri-baratzea	Aitor García (Mutilhuerta)	17:00 - 18:30	06OCT>10NOV	●●●●● ●●	+18	10	9	EUS	28,00
>> Iniciación a la fotografía (Grupo 2)	José Luis Pujol	09:30 - 11:30	09OCT>15ENE	●●●●● ●●	+18	8	24	CAS	56,00
>> Iniciación al diseño e impresión 3D	Aimar Romeo	18:00 - 20:00	22OCT>28ENE	●●●●● ●●	+14	8	22	CAS	62,00
Movilgrafía: Fotografía con móvil	Leire Vicuña	19:00 - 21:00	05OCT>11ENE	●●●●● ●●	+16	8	22	CAS	52,00
Piececitos manchados, manitas pintoras. Estimulación artística para bebés 1	Elena Eraso	17:30 - 18:30	05OCT>25ENE	●●●●● ●●	15-36 meses	7	12	CAS	34,00
Piececitos manchados, manitas pintoras. Estimulación artística para bebés 2	Elena Eraso	11:30 - 12:30	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	15-36 meses	7	13	CAS	37,00
>> Pilates 13	Amaya Saralegui	16:00 - 17:00	05OCT>18ENE	●●●●● ●●	+18	15	24	CAS	56,00
>> Pintura al óleo 6	Fermín Alvira	19:00 - 21:00	07OCT>20ENE	●●●●● ●●	+18	14	24	CAS	68,00



## HAUREN EMOZIOAK, KONTROLA-KUDEAKETA- BIZITZEN LAGUNTZEA

Emozioak haurren daukaten eragina ulertzea eta haurrei laguntzea kudeaketa horretan.

Unax Flores  
 17 NOV > 19 ENE  
 ●●●●●|●●  
 19:00-20:30  
 9 horas - 12 plazas  
 +18  
 28 €

## LA VOZ DEL CUERPO CUIDADO

¿Sabes cómo suena la voz de tu cuerpo cuidado y amado? ¿Conoces sus colores, cualidades, volúmenes y timbres? Este viaje sensible plantea el descubrimiento de "La voz del cuerpo cuidado" y te desafía a responder a estas y otras preguntas a través de una receta que no dejará de sorprenderte y a la que además podrás añadir nuevos sabores. Canto, movimiento, danza, performance, escritura y video creación se mezclan para constituir los distintos paisajes que recorreremos en el camino hacia el encuentro con la naturaleza de las voces que cuidan y sanan juntas. Solo necesitas tener las ganas y el coraje de desvelar la potencia de la alegría que oculta el dolor.

Zarys Falcón  
 09 OCT > 22 ENE  
 ●●●●●|●●  
 11:30-13:30  
 24 horas - 10 plazas  
 +18  
 56 €



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
<b>Protege a tus hijos/as en internet: Control parental, seguridad y privacidad</b>	Leire Vicuña	16:30 - 18:30	<b>05OCT&gt;09NOV</b>	●●●●●●●●	+18	8	10	CAS	<b>31,00</b>
<b>Robótica con Lego 2</b>	Mecarapid	17:30 - 19:00	<b>07OCT&gt;20ENE</b>	●●●●●●●●	6-12	6	19,5	CAS	<b>46,00</b>
<b>Robotika Legorekin 3</b>	Mecarapid	17:30 - 19:00	<b>07OCT&gt;20ENE</b>	●●●●●●●●	6-12	6	19,5	EUS	<b>46,00</b>
<b>Taller de cosmetica natural 1</b>	Natalia Bastán LUNA AZUL COSMETICS	18:00 - 20:00	<b>04OCT&gt;13DIC</b>	●●●●●●●●	+18	14	16	CAS	<b>45,00</b>
>> <b>Teatro y movimiento</b>	Montse Zabalza	19:30 - 21:30	<b>07OCT&gt;20ENE</b>	●●●●●●●●	+18	14	24	CAS	<b>56,00</b>
>> <b>Técnicas hipopresivas 2</b>	Itziar Arrastia	18:45 - 19:45	<b>04OCT&gt;24ENE</b>	●●●●●●●●	+18	15	11	CAS	<b>34,00</b>
>> <b>Tonificación</b>	Catalina Villegas	19:00 - 20:00	<b>05OCT&gt;18ENE</b>	●●●●●●●●	+18	15	11	CAS	<b>26,00</b>
>> <b>Yoga 7</b>	Goizane Ardanaz	19:00 - 20:15	<b>08OCT&gt;21ENE</b>	●●●●●●●●	+18	15	13,75	EUS	<b>39,00</b>
>> <b>Yoga 8</b>	Marc Febrer	09:00 - 10:00	<b>04OCT&gt;19ENE</b>	●●●●●●●●	+18	15	22	CAS	<b>52,00</b>

### ESPACIO INFANTIL Y FAMILIAR

Diversas propuestas dirigidas a público infantil y familiar con las que adentrarse o profundizar en distintas disciplinas artísticas: plásticas, escénicas, musicales... y, sobre todo, para compartir experiencias en un espacio abierto a la creatividad.

<b>Cuentos en la piel</b>	Mentxu Istúriz (Amatriuska)	10:30 - 11:30	<b>06OCT&gt;03NOV</b>	●●●●●●●●	1-10 meses	7	5	CAS	<b>16,00</b>
<b>Ipuinak larruazalean</b>	Mentxu Istúriz (Amatriuska)	10:30 - 11:30	<b>10NOV&gt;15DIC</b>	●●●●●●●●	1-10 meses	7	5	EUS	<b>16,00</b>
<b>Música y expresión corporal y emocional para txikis</b>	Naiara Ruz	17:00 - 18:00	<b>06OCT&gt;19ENE</b>	●●●●●●●●	4-10	10	13	CAS	<b>31,00</b>
<b>Pequeños arquitectos 1</b>	La Casa del Vacío	17:00 - 18:30	<b>07OCT&gt;20ENE</b>	●●●●●●●●	3-6	10	19,5	CAS	<b>55,00</b>



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> <b>Amigurumi para principiantes</b>	Silvia Martínez (Pausadamente)	19:30 - 21:00	<b>06OCT&gt;19ENE</b>	●●●●●●●●	+18	8	18	CAS	<b>51,00</b>
<b>Aprende a manejar el móvil (Android) 1</b>	Miren Loinaz	09:30 - 11:00	<b>06OCT&gt;12ENE</b>	●●●●●●●●	+18	7	16,5	CAS	<b>39,00</b>
>> <b>Dantza latinoak</b>	Itziar Etxarte	19:30 - 21:00	<b>04OCT&gt;17ENE</b>	●●●●●●●●	+18	10	16,5	EUS	<b>39,00</b>
>> <b>Diseño de interiores</b>	Uxue Merced	19:00 - 21:00	<b>07OCT&gt;13ENE</b>	●●●●●●●●	+18	8	24	CAS	<b>56,00</b>
<b>Estrategias de inteligencia emocional 1</b>	Esther Valls	10:00 - 11:30	<b>05OCT&gt;18ENE</b>	●●●●●●●●	+18	16	18	CAS	<b>42,00</b>
>> <b>Grabación y edición de vídeo</b>	Sergio Elía	17:30 - 19:30	<b>18OCT&gt;31ENE</b>	●●●●●●●●	+14	7	22	CAS	<b>52,00</b>
>> <b>Iniciación a la fotografía (Grupo 3)</b>	Adolfo Lacunza	18:00 - 20:00	<b>05OCT&gt;18ENE</b>	●●●●●●●●	+18	7	24	CAS	<b>56,00</b>
>> <b>Pilates 14</b>	Itziar Etxarte	09:30 - 10:30	<b>04OCT&gt;19ENE</b>	●●●●●●●●	+18	15	22	CAS	<b>52,00</b>



2021 &gt; 2022

### ESCUELA DE CINE FILMMAKING FOR SOCIAL CHANGE

Programa de creación de proyectos cinematográficos desde un punto de vista totalmente práctico, que busca la inmersión completa en la realización cinematográfica: desde la fase de experimentación y generación de ideas, hasta su ejecución cinematográfica. La escuela de cine finaliza con la realización de al menos dos proyectos cinematográficos listos para ser proyectados en sala de cine integrados dentro de la programación de Filmmaking for Social Change.



Fábrica de Arte Nuevo Miguel Goñi

13 OCT &gt; 26 ENE

●●●●●●●●

17:00-21:00

28 horas - 10 plazas

+18

59 €

TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
>> Pilates 15	Virginia Goñi	17:45 - 18:45	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	10	24	CAS	56,00
>> Pilates 16	Jessika Mateo	09:30 - 11:00	09OCT>22ENE	●●●●●●●●	+18	10	16,5	CAS	39,00
>> Pintura al óleo 7	David Anocibar	17:00 - 19:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	8	24	CAS	56,00
>> Relajación: Descanso cuerpo y mente	Eduardo Pérez de Ciriza	17:30 - 19:00	08OCT>21ENE	●●●●●●●●	+18	10	18	CAS	42,00
>> Retrato	David Anocibar	19:00 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	8	24	CAS	56,00
>> Salsa estilos: cubana, salsa en línea y bachata	Martintxo Herrero	19:30 - 21:00	07OCT>20ENE	●●●●●●●●	+18	10	19,5	CAS	39,00
>> Sevillanas (iniciación) 2	Nerea Bonito	19:30 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	10	16,5	CAS	39,00
Taller de cosmetica natural 2	Natalia Baztán LUNA AZUL COSMETICS	19:00 - 21:00	08OCT>26NOV	●●●●●●●●	+18	8	16	CAS	45,00
Taller de memoria activa 2	Cristina Gonçalves	17:15 - 18:45	04OCT>24ENE	●●●●●●●●	+18	16	16,5	CAS	39,00
Taller de postura y conciencia corporal	Eduardo Pérez de Ciriza	11:00 - 12:45	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	10	22,75	CAS	53,00
>> Yoga 9	Marc Febrer	09:15 - 10:30	05OCT>11ENE	●●●●●●●●	+18	10	27,5	CAS	65,00
>> Zumba 1	Alfredo Arocena	20:00 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	10	13	CAS	31,00



### AUTOCONOCIMIENTO PARA EL BIENESTAR PERSONAL BASADO EN MINDFULNESS 1

En este curso descubriremos diferentes técnicas para tomar conciencia de nuestros hábitos de comportamiento y así poder cambiarlos.

Esther Valls  
05 OCT > 18 ENE  
●●●●●●●●  
17:00-18:30  
18 horas - 16 plazas  
+18  
42 €



### ILUSTRATU CUENTO

Taller de literatura y creatividad a través de los cuentos. Lectura literal y artística de los cuentos que personaliza y reproduce cada lector.

Garazi Valluerca  
07 OCT > 20 ENE  
●●●●●●●● JUEVES ALTERNOS  
17:00-18:30  
10,5 horas - 8 plazas  
6-12  
39 €

### ZURE IPUINA MARRAZTU <sup>EU</sup>

Literatura- eta sormen-lantegia ipuinen bidez. Irakurle bakoitzak pertsonalizatu eta erreproduzitzen dituen ipuinen irakurketa literala eta artistikoa.

Garazi Valluerca  
14 OCT > 13 ENE  
●●●●●●●● JUEVES ALTERNOS  
17:00-18:30  
9 horas - 8 plazas  
6-12  
33 €



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
Gaitu zure osasun karpeta pertsonala	Leire Vicuña	11:30-13:30	14>21ENE	●●●●●●●●	+18	7	4	EUS	12,00
>> Aerobic 2	Jon Urbizu	09:30 - 10:30	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	15	24	CAS	56,00
Aprende a manejar el móvil (Android) 2	Leire Vicuña	09:30-11:00	08OCT>14ENE	●●●●●●●●	+18	7	16,5	CAS	39,00
>> Bailes latinos 2	Itziar Etxarte	18:30-20:00	09OCT>22ENE	●●●●●●●●	+18	15	16,5	CAS	39,00
>> Cajón flamenco	Carlos Urroz	19:00 - 21:00	04OCT>24ENE	●●●●●●●●	+18	10	24	CAS	56,00
Caligrafía inglesa	Silvia Garisoain	19:00 - 21:00	07OCT>20ENE	●●●●●●●●	+16	8	24	CAS	56,00
>> Chalk Paint: Pintura a la tiza	Leire Zabala	19:00 - 21:00	04OCT>17ENE	●●●●●●●●	+18	10	24	CAS	68,00
>> Danza oriental: Danza del vientre	Alicia Cancel	19:00 - 20:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	15	16,5	CAS	42,00
Estrategias de inteligencia emocional 2	Esther Valls	19:30 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	12	19,5	CAS	46,00
>> Guitarra flamenca	Javier Bermejo	19:30 - 21:00	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	10	18	CAS	42,00
>> Iniciación a la fotografía (Grupo 4)	Adolfo Lacunza	10:00 - 12:00	04OCT>17ENE	●●●●●●●●	+18	7	24	CAS	56,00

# SAN JORGE

TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
La moda y las tendencias de este otoño - invierno. Personaliza tus looks	Eugenia Oiz - Carmen Oiz (Masquemilpalabras)	19:00 - 21:00	07OCT>13ENE	●●●●●●●●	+18	12	24	CAS	56,00
Lettering creativo	Silvia Garisoain	12:00 - 13:30	09OCT>15ENE	●●●●●●●●	+16	8	15	CAS	42,00
Pequeños arquitectos 2	La Casa del Vacío	17:00 - 18:30	06OCT>19ENE	●●●●●●●●	6-12	8	19,5	CAS	55,00
>> Pilates 17	Katrin Novillo	09:30 - 10:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	15	24	CAS	56,00
>> Pintura al óleo 8	Guillermo Sarmiento	19:00 - 21:00	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	10	24	CAS	56,00
Preinicio a la informática. Módulo 0: Aprende a utilizar el ordenador desde cero (Grupo B)	Leire Vicuña	11:30 - 13:00	08OCT>17DIC	●●●●●●●●	+18	7	15	CAS	35,00
Robotika Legorekin 4	Mecarapid	17:00 - 18:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	6-12	6	18	EUS	42,00
>> Sevillanas y coreografía flamenca 2	Alicia Cancel	18:00 - 19:30	04OCT>24ENE	●●●●●●●●	+18	15	18	CAS	42,00
>> Taichi 2	David Liras	10:00 - 11:30	09OCT>22ENE	●●●●●●●●	+18	15	19,5	CAS	46,00
>> Tapicería y decoración textil	Helena Chocarro	18:30 - 20:30	07OCT>13ENE	●●●●●●●●	+18	10	24	CAS	68,00
Un voyage à la langue française	Top Ten Academy	19:00 - 20:30	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	12	18	FRA	42,00
>> Vinyasa yoga 2	Marc Febrer	18:00 - 19:30	06OCT>12ENE	●●●●●●●●	+18	15	16,5	CAS	39,00
>> Vinyasa yoga 3	Marc Febrer	12:30 - 14:00	07OCT>13ENE	●●●●●●●●	+18	15	18	CAS	42,00
>> Yoga 10	Marc Febrer	20:00 - 21:00	04OCT>19ENE	●●●●●●●●	+18	15	22	CAS	52,00
>> Yoga adaptado para una espalda sana	Miren Castells	11:00 - 12:15	04OCT>17ENE	●●●●●●●●	+18	15	12,65	CAS	30,00
>> Yogilates 6	Katrin Novillo	11:00 - 12:00	05OCT>18ENE	●●●●●●●●	+18	15	24	CAS	56,00
>> Zumba 2	Paula Bejarano	16:30 - 17:30	05OCT>20ENE	●●●●●●●●	+18	15	25	CAS	59,00
>> Zumba Gold 3	Itziar Etxarte	10:00 - 11:00	08OCT>21ENE	●●●●●●●●	+18	15	13	CAS	31,00



## ESCRITURA AUTOBIOGRÁFICA PARA JÓVENES

A través de diversas técnicas de escritura y juegos literarios, así como de textos de autoras y autores que se han servido de lo autobiográfico, este taller busca ahondar en las posibilidades de la experiencia propia a la hora de escribir, planteando preguntas sobre aquello que queremos contar, la manera de hacerlo y el valor de la ficción y de lo real en la literatura.

Irati Iturriza  
 06 OCT > 26 ENE  
 ●●●●●●●●  
 19:00-21:00  
 24 horas - 8 plazas  
 +12  
 56 €

## MIRANDO EL DUELO Y EL DOLOR

En este curso trabajaremos las estrategias adecuadas para poder afrontar situaciones relacionadas con el duelo y la pérdida.

Mikel Oier Berástegui (Goizargi)  
 04 OCT > 10 ENE  
 ●●●●●●●● JUEVES ALTERNOS  
 11:00-13:00  
 12 horas - 12 plazas  
 +18  
 28 €

## 2021 > 2022 HERRI DANTZAK

Introducción a los pasos y ritmos básicos de los bailes tradicionales (zortziko, jota, porrusalda, martxa...) y aprendizaje de los bailes básicos como eskudantza, zortziko de Lanz, Valcarlos e introducción a bailes más complejos como el Baile de la Era.

Nafarroako Dantzarien Biltzarra  
 08 OCT > 21 ENE  
 ●●●●●●●●  
 20:00-21:30  
 19,5 horas - 15 plazas  
 +18  
 46 €



# EXCURSIONES



TÍTULO	PROFESORADO	HORARIO	FECHA	DÍA	EDAD	PLAZAS	HORAS	IDIOMA	PRECIO
Visita micológica	Begoña Ojer	09:00 - 15:00	16OCT	●●●●●●●●	+18	30	6	CAS	19,00

# INFORMACIÓN

## HORARIOS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

>

### **Todos los Civivox**

De lunes a sábado  
9:00-14:00 / 17:00-22:00

>

### **Condestable**

Domingos  
A partir del 15 de septiembre  
9:00-14:00 / 17:00-22:00

>

### **Iturrama, Mendillorri, San Jorge**

Apertura domingos según programación

## INSCRIPCIONES A CURSOS

>

Las inscripciones podrán realizarse:

- Online, en las páginas web del Ayuntamiento de Pamplona ([www.pamplonaescultura.es](http://www.pamplonaescultura.es) / [www.pamplona.es](http://www.pamplona.es))
- Presencialmente en cualquier centro Civivox
- Telefónicamente, en el teléfono 010 (948420100 si se llama desde móviles o desde fuera de Pamplona).

>

### **Periodo de preinscripción a sorteo:**

Del jueves 9 al martes 14 de septiembre.

>

### **Sorteo de plazas:**

Miércoles 15 de septiembre a las 10.30h.

>

### **Formalización de inscripción:**

A partir del jueves 16 de septiembre, durante 72 horas.

>

El resultado del sorteo se comunicará por correo electrónico a las personas que han obtenido plaza.

Las personas que no dispongan de correo electrónico podrán consultar si han obtenido plaza en el teléfono 010 o presencialmente en cualquier centro Civivox. Tienen preferencia las personas empadronadas en Pamplona.

El nivel de conocimiento requerido en los cursos y talleres de este programa es de iniciación salvo que se indiquen expresamente los conocimientos o el nivel requerido necesario para ello.

## MODALIDADES DE PAGO

>

El pago se realizará mediante tarjeta bancaria de manera presencial, telefónica u online.

## DEVOLUCIONES

>

El importe de la inscripción sólo se devolverá cuando no se preste o desarrolle el curso total o parcialmente, aplicando los supuestos recogidos en la norma número 9 artículo 7 "Norma reguladora de precios públicos por entrada, inscripción o matrícula en cursos y actividades de carácter educativo, cultural, deportivo, social o de promoción a la salud organizados por el Ayuntamiento o sus organismos autónomos". Esta norma está incluida en las Ordenanzas Fiscales y Normas reguladoras de precios públicos. También se devolverá en caso de suspensión si no se completa el 75% de plazas.

## BONIFICACIONES EN LAS INSCRIPCIONES A LOS CURSOS Y TALLERES

>

Se aplicarán los supuestos recogidos en la norma número 9 mencionada anteriormente. Bonificación (previa acreditación de la documentación oportuna) en los siguientes casos:

- Familia numerosa o familia monoparental
- Discapacidad
- Ingresos de la unidad familiar
- Víctimas de actos de terrorismo o violencia de género
- Acogimiento familiar.
- Jóvenes menores de 30 años
- Personas desempleadas

Reducción no acumulable a otros posibles descuentos a los que tengan derecho.

## PROTECCIÓN DE DATOS

>

En cumplimiento de la normativa de protección de datos se le informa de que el Ayuntamiento de Pamplona es el responsable del tratamiento de los datos de carácter personal para que sean utilizados con la finalidad de gestionar la inscripción en las actividades y cursos organizados por el Ayuntamiento. Los mismos son recogidos en el ejercicio de los deberes públicos. No se cederán datos salvo obligación legal. Tiene derecho a acceder a los datos, rectificarlos en el caso de que no sean correctos y suprimirlos dirigiéndose al Registro General (C/Mayor 2, 31001 de Pamplona) o a la sede electrónica. Puede consultar el listado de tratamientos y la información adicional en [www.pamplona.es](http://www.pamplona.es)

## INFORMACIÓN COVID-19

>

La Red Civivox ha preparado sus centros para el nuevo curso, con el objetivo de seguir siendo centros de referencia y cercanía para la ciudadanía de Pamplona. Para ello, en todos los centros se han adoptado una serie de medidas siguiendo todas las recomendaciones y normativas vigentes en cuanto a limpieza, higiene y seguridad.

- Limpieza obligatoria de manos antes del acceso al centro.
- Uso obligatorio de mascarilla correctamente colocada durante toda la actividad.
- Reducción de aforos en los espacios donde se desarrollan los cursos.
- Registro de asistencia.
- En caso de suspensión por causa de COVID-19, se devolverá el importe correspondiente a las sesiones no impartidas.