



ACTÍVATE 2021-2022



AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

CALENDARIO ESCOLAR

SEPTIEMBRE							OCTUBRE							NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5					1	2	3	1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30				25	26	27	28	29	30	31	29	30					

DICIEMBRE							ENERO							FEBRERO									
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D			
			1	2	3	4	5						1	2				1	2	3	4	5	6
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13			
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20			
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27			
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28									
							31																

MARZO							ABRIL							MAYO								
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D		
		1	2	3	4	5	6					1	2	3								1
7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8		
14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15		
21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22		
28	29	30	31				25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29		
														30	31							

JUNIO							
L	M	X	J	V	S	D	
			1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30				

Inicio de las actividades: 1 de Octubre de 2021

Fin de las actividades: 31 de Mayo de 2022

Festivo local: 22 de Enero de 2022

INSCRIPCIONES EN LAS ACTIVIDADES OFERTADAS

Plazo: hasta el día 28 de Septiembre de 2021

Lugar: Centro Cultural Municipal. Camino del Manzano s/n

Todas las actividades se registrarán por el calendario escolar, con un número mínimo de participantes en cada actividad y adaptadas a la normativa Covid vigente en cada momento.



PRESENTACIÓN



Bienvenidos a este nuevo curso escolar,

Después de un año difícil para desarrollar las actividades culturales

y deportivas debido a la pandemia, damos inicio al curso escolar

2021-2022 con la esperanza de poder desarrollar iniciativas dentro de una situación más favorable, respetando y siguiendo todas las medidas propuestas en los protocolos de actuación COVID-19 según el Ministerio de Sanidad y la Administración pública Autonómica, para el funcionamiento óptimo de todas las actividades .

El programa Actívate trata de fomentar la participación, convivencia y habilidades en todos los grupos de edad de nuestra población, ofreciendo espacios culturales, educativos y deportivos de diferentes índoles, tratando siempre de adaptar la programación a los gustos, intereses y necesidades de los destinatarios, para ello desarrollamos programas, proyectos y Escuelas Deportivas, destacamos en la programación:

- Escuela de música e idiomas
- Escuela de baile
- Escuelas deportivas (baloncesto, judo, gimnasia rítmica, tenis...etc.)
- Rocódromo
- Programa de mayores (aula virtual, yoga, ocio, memoria...)
- Proyecto educativo infantil: Juguetones Animados
- Proyecto Biblioteca Activa (Club de lectura, cuentacuentos, bebecuentos, taller de relatos cortos, punto de cuento...)
- Talleres artísticos, educativos, creativos y culturales
- Cabrerizos en ruta
- Cabrerizos acércate para sentirlo

El objetivo es promover un ocio saludable con una amplia propuesta educativa y cultural.

Deseo que las actividades programadas sean de vuestro agrado.

Estamos a vuestra disposición.

Fdo: Jesús Quintero Sánchez

1^{er} Teniente de Alcalde de Cabrerizos



ESCUELA DE MÚSICA



ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA CABRERIZOS

La Escuela Municipal de Música de Cabrerizos es un proyecto pedagógico y educativo con el objetivo de incentivar la formación musical e instrumental de todos los niños, jóvenes y adultos que así lo deseen.

OBJETIVOS

- Potenciar desde la infancia el conocimiento y apreciación de la música, iniciando a los niños desde edades tempranas, en su aprendizaje.
- Ofrecer una enseñanza instrumental, orientada tanto a la práctica individual como a la práctica de conjunto.
- Proporcionar una enseñanza musical complementaria a la práctica instrumental.
- Desarrollar el interés y el gusto por la participación en agrupaciones vocales e instrumentales.
- Organizar actuaciones públicas y participar en actividades musicales de carácter aficionado.
- Orientar a los alumnos con talento y vocación para el acceso a la enseñanza de carácter profesional.

OFERTA EDUCATIVA

- **Música y movimiento:** niños de entre 3 y 6 años.
- Iniciación musical I y II (3, 4 y 5 años) : martes y jueves de 18.00 a 18.45 h.
- Iniciación musical III (6 años) : martes y jueves de 16.15 a 17.10 h.
- **Práctica instrumental:** sin límite de edad. Consultar horarios (Centro cultural y Escuela Municipal de Música). Las clases tienen una duración de 45 minutos.
- **Formación musical:** complementaria a la práctica instrumental.
- **Actividades instrumentales y vocales de conjunto.**

INSTRUMENTOS

- Batería y percusión
- Guitarra clásica
- Guitarra eléctrica
- Piano y teclado
- * Saxo
- * Clarinete
- * Flauta travesera
- * Violín / viola



DURACIÓN DE LAS CLASES—INICIO DE CURSO

Las clases se imparten de lunes a viernes en horario de 16:00h. a 22:00h.

ESCUELA DE MÚSICA

ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA

CABRERIZOS

CURSO 2021-2022

PRECIOS PÚBLICOS ESTABLECIDOS



CICLOS FORMATIVOS	TASAS TRIMESTRALES 2019/2020 (B.O.P. nº 145, jueves 28/07/2016)
1.1. CICLO DE MÚSICA Y MOVIMIENTO Sensibilización musical: 3 años Iniciación musical I: 4 años Iniciación musical II: 5 años	Empadronados: 73,00€ No empadronados: 117,00€
1.2. CICLO DE MÚSICA Y MOVIMIENTO (Iniciación musical III: 6 años)	Empadronados: 80,00€ No empadronados: 130,00€
2. CICLO ELEMENTAL (7 a 16 años)	Empadronados: 135,00€ No empadronados: 227,00€
3. ADULTOS (> 16 años)	Empadronados: 135,00€ No empadronados: 227,00€



MATRÍCULAS:

En el Centro Cultural Municipal de Cabrerizos. Camino del Manzano, s/n.

Horario de lunes a viernes: 10:00h. a 13:30h. Y de 17:00h. A 20:00h.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: día 24 de septiembre, (hasta el 16 de Septiembre solo horario de mañana).

www.ayto-cabrerizos.com/Escuela-Musica-Ayuntamiento-Cabrerizos.html



DEMUSIC S.L.U. Tel. 605010336

ESCUELA DE IDIOMAS

El aprendizaje de idiomas es un objetivo prioritario y una apuesta educativa del Ayuntamiento de Cabrerizos desde hace ya más de 15 años.

El objetivo de nuestra escuela de idiomas es el aprendizaje del idioma de una manera práctica y útil, aplicando una metodología participativa para que la experiencia sea eficaz y agradable.

Las clases de **conversación**, así como las de algún grupo de adultos, podrán ser **ON-LINE o presenciales** según demanda.

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
16 a 17 h.	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN
17:00-18:00	INFANTIL 1	1º Y 2º PRIMARIA	INFANTIL 1	1º Y 2º DE PRIMARIA
	CONVERSACIÓN	3º PRIMARIA	CONVERSACIÓN	3º PRIMARIA
18:00-19:00	BACHILLERATO	4º PRIMARIA	BACHILLERATO	4º PRIMARIA
	INFANTIL 2 Y 3	CONVERSACIÓN	INFANTIL 2 Y 3	CONVERSACIÓN
19:00-20:00	5º y 6º PRIMARIA CONVERSACIÓN	ESO 1/ESO 2 A1	5º y 6º PRIMARIA CONVERSACIÓN	ESO 1/ESO 2 A1
20:00-21:00	A2-B1		A2-B1	
20:00-21:30	C1-C2 (A)	B2	C1-C2 (A)	B2
		C1-C2 (B)		C1-C2 (B)
21:00-22:00	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES LECTIVAS ESCUELA MUNICIPAL DE IDIOMAS DE CABRERIZOS.

CURSO ESCOLAR 2021-2022

- * El número máximo de alumnos por clase será de 10.
- * Cada grupo tendrá asignada un aula permanente y un sitio asignado en su clase que deberá ser el mismo todos los días
- * Las clases tendrán una duración de 50 minutos y en los diez minutos restantes hasta la hora en punto, el profesor o encargado de cada clase, realizará la desinfección según el protocolo Covid-19 establecido en el centro.
- * El uso de mascarilla será obligatorio a la entrada y a la salida del aula. Dentro de el aula, todos deberán llevar mascarilla siempre .
- * Habrá solución hidroalcohólica disponible a la entrada de la escuela y en cada una de las aulas, así como en la sala de profesores. Será obligatorio desinfectarse las manos antes de entrar al aula.
- * La entrada y la salida se harán de forma ordenada. Cada grupo formará una fila FUERA del edificio manteniendo la distancia de seguridad y sólo entraran cuando el profesor / a se lo indique.
- * Se prohíbe el acceso a personas ajenas al centro educativo.
- * Si excepcionalmente alguno de los progenitores tuviera que recoger a un niño antes de la hora programada, lo deberá comunicar al profesor / a.
- * Se intentará garantizar la máxima distancia de seguridad entre alumnos.
- * NO habrá material de uso común y cada alumno deberá llevar el suyo propio.
- * Se limitará el movimiento en el aula.
- * Se ventilarán todas las aulas después de cada clase.
- * No está permitido llevar juguetes u otros objetos personales que no sean los necesarios para el seguimiento de la clase.
- * Se podrán utilizar los baños pero siempre de uno en uno y respetando la distancia de seguridad.

ESCUELA DE IDIOMAS

CUOTAS

- **MATRÍCULA:** 15 €
- **PAGOS TRIMESTRALES:** mediante domiciliación o pago con tarjeta en el Centro Cultural (biblioteca).
EMPADRONADOS: 70€ TRIMESTRE , 50€ BIMESTRE (abril, mayo)
NO EMPADRONADOS: 105 € TRIMESTRE, 70€ BIMESTRE (abril, mayo)
- **CUOTA B2, C1-C2 INGLÉS:**
EMPADRONADOS: 110€ TRIMESTRE , 75€ BIMESTRE (abril, mayo)
NO EMPADRONADOS: 150€ TRIMESTRE, 100€ BIMESTRE (abril, mayo)
- **CUOTA BONO CONVERSACIÓN:**
4 HORAS/ 40 € - 8 HORAS/ 70€ - 12 HORAS/100€

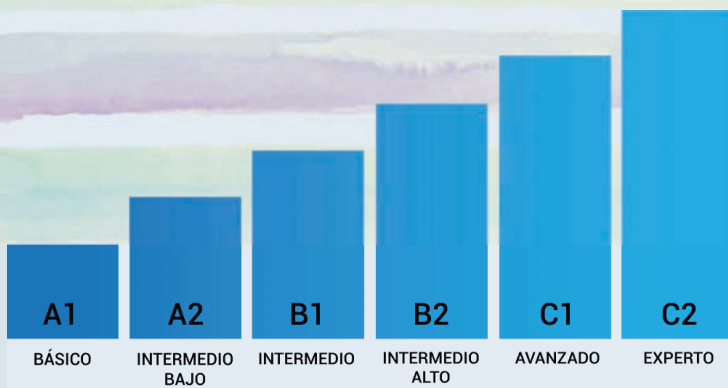
¿CÓMO INSCRIBIRSE?: rellenando el formulario de inscripción que puede recoger en el propio centro cultural o en la página web: www.ayto-cabrerizos.com y entregándolo en el Centro Cultural o enviándolo a :

escuelaidiomas@ayto-cabrerizos.com animacion@ayto-cabrerizos.com

Los pagos se realizarán mediante domiciliación bancaria y en el caso de bonos de conversación se pagan con tarjeta en el Centro Cultural (biblioteca).

CONVERSACIÓN EN INGLÉS: puedes practicar de manera individual a partir de 12 años mediante el pago de bonos de conversación de 4, 8 o 12 horas que se realizarán durante un trimestre.

CONVERSACIÓN GRATUITA PARA ALUMNOS DE LA ESCUELA: dirigido a nuestros alumnos de bachillerato y adultos, 3 horas al trimestre **en grupos** por niveles **dependiendo de la disponibilidad de horarios.**



ESCUELA DEPORTIVA DE PATINAJE

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

SÁBADOS 10:00 A 11:00	GRUPO DE ADULTOS A PARTIR DE 13 AÑOS
SÁBADOS 11:00 A 12:00	GRUPO DE INICIACIÓN (DESDE 2º E. INFANTIL, NACIDOS 2017, HASTA 6º DE PRIMARIA)
SÁBADOS 12:00 A 13:00	GRUPO DE AVANZADO (DESDE 3º E. INFANTIL) SI NO HAN SIDO ALUMN@S PDEP SE LES HARÁ UNA PRUEBA DE NIVEL
SÁBADOS 13:00 A 14:00	GRUPO DE PATINAJE (si hubiera algún grupo que hubiera que doblar debido a que hubiera mucha demanda)

PRECIOS

Grupo de adultos: 75€/trimestre (mínimo 4 alumnos y máximo 8)

Grupo de iniciación y avanzado: 60€/cuatrimestre (mínimo 9 alumnos y máximo 12)

Las clases comienzan en octubre y terminan en junio. Se registrarán por el calendario escolar.

PUNTO DE ENCUENTRO: gimnasio del colegio C.R.A. "La Flecha".



YOGA

El Yoga es una herencia cultural de la India, con más de 7000 años de historia, es un referente del bienestar y cuidado personal.

¿Qué ofrecemos?

- Mejorar la movilidad articular, flexibilidad y elasticidad.
- Aumentar la vitalidad
- Relajación completa
- Prevención activa del envejecimiento y desarrollo de la concentración.

DESTINATARIOS: adultos.

HORARIOS: martes y jueves de 17:00 a 18:00h.

LUGAR: Centro Cultural.

CUOTA: 25€ / mes.

ESCUELA DE DANZA

DANZABRERIZOS



HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
10:00	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
11:00	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
17:00	Moderno 11-14 años		Moderno 11-14 años	Moderno 8-11 años	Funky > 14 años
	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
18:00	Zumba (mamá-niñas)	Iniciación danza (3-5 años)	Zumba (mamá-niñas)	Iniciación danza (3-5 años)	Funky 11-14 años
	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
19:00	Zumba		Zumba		Salón / Latino
	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
20:00	Moderno/Zumba	Pilates Reformer	Moderno/Zumba	Pilates Reformer	
	Pilates Reformer		Pilates Reformer		
21:00	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
22:00	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	

MATRÍCULA: 10€ todos los participantes. El pago se puede realizar mensual o trimestral

PILATES REFORMER:

MENSUAL 2 horas semana: 35€ empadronados / 40€ no empadronados

1 hora semana: 25€ empadronados / 35€ no empadronados

TRIMESTRAL 2 horas semana: 100€ empadronados/ 130€ no empadronados

1 hora semana: 15€ empadronados/ 100€ no empadronados

OTRAS ACTIVIDADES:

MENSUAL 2 horas semana: 25€ empadronados / 35€ no empadronados

1 hora semana: 15€ empadronados / 25€ no empadronados

TRIMESTRAL 2 horas semana: 70 € empadronados/ 100 € no empadronados

1 hora semana: 45 € empadronados/ 70 € no empadronados

CUENTAS BANCARIAS: Caja Rural: ES 27 3016 0164 6121 34659610

LUGAR: Centro Cultural Municipal de Cabrerizos (Planta baja)

MÁS INFORMACIÓN- COORDINADORA ESCUELA: Soledad Rivero 606 96 96 49

CORREO ELECTRÓNICO: escueladedanzasoledadrivero@hotmail.com



ESCUELAS DEPORTIVAS DE FÚTBOL Y TENIS

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS - CD HERRERO PÉREZ FS CABRERIZOS- CLUB DE TENIS CABRERIZOS

FÚTBOL Y FÚTBOL SALA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES: www.cabrerizoscf.com Teléfono: 659 161 041

LUNES		MIÉRCOLES		MARTES		JUEVES		VIERNES	
16:00				16:00				16:00	
16:30				16:30				16:30	Específicos de porteros
17:00	ESCUELA Iniciación		ESCUELA Iniciación	17:00				17:30	Sesiones EXTRA de entrenamientos de equipos y posibilidad de partidos oficiales
17:30	PRE-Benjamins		PRE-Benjamins	17:30	ALEVINES	ALEVINES	17:30	Específicos de porteros	
18:00	BENJAMINES		BENJAMINES	18:00			18:00	Específicos de porteros	
18:30				18:30				18:30	
19:00				19:00	INFANTILES	INFANTILES		19:00	Específicos de porteros
19:30	CADETES		CADETES	19:30				19:30	
20:00				20:00				20:00	
20:30				20:30	JUVENILES	JUVENILES		20:30	
21:00	Equipos AFICIONADO -A y B-			21:00				21:00	
21:30				21:30				21:30	
22:00	Final de las sesiones			22:00	Final de las sesiones			22:00	

TENIS



Dónde: Pabellón Municipal de Cabrerizos «Vicente del Bosque».

Edades: Menores de edad desde los 4 años.

Niveles de juego: pre-tenis, mini-tenis, iniciación y perfeccionamiento.

Alumnos: Máximo 6 por grupo (en minitenis, máximo 8 por grupo).

Horario: Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 y de 19:00 a 20:00 (2 horas a la semana)

Inscripción, tarifas y horarios: www.centromoriscos.es

DESCUENTOS PARA NIÑOS EMPADRONADOS EN CABRERIZOS QUE REALICEN LA ACTIVIDAD EN CABRERIZOS

ADEMÁS, SI ESTÁS INTERESADO EN CLASES DE PÁDEL PUEDES CONSULTAR LA WEB

www.centromoriscos.es

ESCUELA DE TIRO CON ARCO Y BALONCESTO

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS - CLUB LA FLECHA DE SALAMANCA- CLUB BASKET SALA CABRERIZOS

TIRO CON ARCO

Si quieres practicar un deporte saludable y divertido o quieres llegar al máximo nivel, practica tiro con arco. Te divertirás mejorando tus habilidades de precisión, concentración y coordinación.

Información: www.laflechadesalamanca.es



Correo electrónico: laflechadesalamanca@gmail.com

BALONCESTO

La escuela de Baloncesto es un proyecto que promueve el baloncesto base y la formación deportiva con el objetivo de acercar el deporte a todos los niños de Cabrerizos.

INFORMACIÓN, CUOTAS, HORARIOS E INSCRIPCIONES:

<https://es-es.facebook.com/cbcabrerizos> baloncestocabrerizos@gmail.com

Coordinador deportivo :Luis Peregrina de la Torre 628143309

MARTES

HORARIOS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
16:00 / 17:15	PREBENJAMIN		
17:15 / 18:30	ALEVIN MASC.	ALEVIN FEM.	INFANTIL FEM.
18:30 / 19:45	CADETE MASC.	CADETE FEM.	
19:45 / 21:00	JUNIOR MASC.	JUNIOR FEM.	INFANTIL MASC.
22.00 / 23:15	SENIOR		

JUEVES

HORARIOS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
16:00 / 17:15	PREBENJAMIN.		
17:15 / 18:30	ALEV.IN MASC.	ALEVIN FEM.	INFANTIL FEM.
18:30 / 19:45	CADETE MASC.	CADETE FEM.	
19:45 / 21:00	INF. MASC.	JUNIOR FEM.	INFANTIL MASC

VIERNES

HORARIOS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
16:00 / 17:00	PREBENJAMIN		
18.00 / 19:00		ALEV. MAS. FEM.	INFANTIL FEM.
19:00 / 20:15		CADETE MAS. FEM.	
20:15 / 21:30	JUNIOR MASC.	JUNIOR FEM.	INFANTIL MASC.
21:30 / 23:00	SENIOR		

Lugar: Pabellón Municipal Vicente del Bosque

Escuela de Atletismo

QUÉ OFRECEMOS?

- * Fomentar el atletismo como deporte de equipo con entrenamientos adaptados y también como una actividad saludable
- * Monitores especialistas.
- * Orientación para participar en deporte federado.
- * Posibilidad de completar entrenamientos en los pistas del Helmántico.

DESTINATARIOS: niños y niñas de 6 a 16 años (por categorías). Menores de 6 años, consultar.

Adultos (en el mismo horario)

HORARIOS Y LUGAR: miércoles y viernes de 17:00 a 18:00h en el P.M. "Vicente del Bosque".

CUOTAS: trimestral 60€ (20€ / mes, 2 días/ semana). Segundo, tercer hijo inscrito .. 20% descuento

Num. Cuenta:

BBVA Nº: 0182 5580 47 0201522945

COORDINADOR/ ENTRENADOR:

Ramiro Martín: ex atleta Internacional.

Monitor Nacional de Atletismo (Club Deportivo "La Armuña")

Más Información:

Tlf: 649 86 06 52

Escuela de Tenis de Mesa

OBJETIVOS: Fomentar el tenis de mesa desde edades tempranas, a fin de que sea practicado durante la infancia pudiendo con ello identificar valores y desarrollar su capacidad atlética de forma individual.

Mejorar el nivel de desempeño, disciplina y motivación en los atletas de Tenis de Mesa.

¿QUÉ TE OFRECEMOS?

- * Ritmo / desplazamiento
- * Rapidez / encadenamientos
- * Técnica / sistema de juego
- * Primeras pelotas / duelo (competición)

DESTINATARIOS: Niños a partir de 7 años y adultos.

HORARIOS: viernes, de 17:00 a 21:30h. Divididos en tres turnos para minimizar el número de personas y tomar precauciones frente al COVID-19.

LUGAR: gimnasio C.R.A. "La Flecha" de Cabrerizos.

CUOTAS: cuota trimestral 30€.

MONITOR: Óscar Ochoa Calvo

Federado en CyL en segunda nacional.



Escuela de Judo

DORYOKU

A través del juego y mediante el Judo, los niños establecen interacciones con sus compañeros, desarrollan habilidades físicas y motrices, permitiendo un mejor desarrollo cognitivo. Es un arte marcial y deporte que permite una educación física integral potenciando la psicomotricidad. Fomenta valores como la amistad, participación, respeto y esfuerzo.

¿QUÉ TE OFRECEMOS?

- * Técnica
- * Control
- * Actividad deportiva

DESTINATARIOS: niños de 4 a 12 años.

HORARIOS:

Martes y jueves

De 18:00h.A 19:00h.

Las clases serán de 50 minutos.

LUGAR: gimnasio del C.R.A La Flecha de Cabrerizos.

CUOTAS: 80€ cuatrimestre. (20€/mes)

PROFESOR: Álvaro Alonso García, y Víctor Hernández, monitores deportivos de la Escuela de Judo Doryoku (Gimnasio Zarza).

ESCUELAS DE GIMNASIA RÍTMICA

Escuela de gimnasia rítmica

Dirigida especialmente a niñ@s de entre 3 y 14 años. En este deporte se desarrollan las capacidades físicas de flexibilidad y de coordinación. También se fomenta la familiarización con los aparatos de gimnasia rítmica (aro, pelota, cuerda, cinta y mazas)

OBJETIVOS GENERALES:

- Interiorizar el esquema corporal
- Desarrollar la lateralidad
- Desarrollar la coordinación óculo-manual
- Desarrollar la percepción espacio-temporal
- Conocer los elementos básicos de la gimnasia rítmica.
- Conocer los diferentes elementos combinados con los aparatos.

DÍAS Y HORARIOS: lunes y miércoles de 17:00 a 17:50 h.

LUGAR: Gimnasio C.R.A. "La Flecha".

CUOTAS: 54€/trimestre (2 días a la semana).

36€/trimestre (1 día a la semana).

ORGANIZA: YomaranEvents

MONITORA: Blanca Francisco Valiente (gimnasta).

Escuela de ciclismo



Información: 615 830 054

Diputación de Salamanca

Cabrerizos Ayuntamiento

CLUB DEPORTIVO ELTUBULAR

@ecsalmantina
escuela@eltubular.es
Tel.: 679 469 075

TAICHI CHUAN

Arte marcial milenario de origen chino que otorga muchos beneficios para la salud. Es una técnica que ofrece relajación, mejora la flexibilidad y equilibra la mente.

DESTINATARIOS: adultos.

HORARIOS: lunes y miércoles de 18.00 a 19.30 h.

LUGAR: Gimnasio C.R.A. La Flecha de Cabrerizos

CUOTA: 30€ / mes (pago trimestral)

ORGANIZA: Asociación Cultural "Bagua"

CORO MONTEVERDI

Si tienes interés por la música y buscas un sitio donde participar, el coro Monteverdi lanza un llamamiento a aquellos interesados ya que necesita corralistas, sobre todo bajos y tenores, los interesados pueden acudir a los ensayos que se celebran los jueves de 20 a 22 h. en el Salón del Ayuntamiento. El coro colabora en la programación cultural del Ayuntamiento a lo largo del curso.

TALLER DE EDUCACIÓN EMOCIONAL

Se trata de que los niños aprendan desde edades tempranas que son las emociones, cuál es su función y cómo podemos gestionarlas de la mejor manera posible, adquiriendo estos conocimientos desde la infancia obtendrán un bienestar general mayor y un alta probabilidad de éxito a nivel personal en el futuro.

OBJETIVOS

- Conocer las distintas emociones básicas
- Aprender a gestionar cada emoción de forma saludable
- Saber cuál es la función de estas emociones
- Aprender que es la autoestima
- Descubrir sus propias habilidades personales
- Conocer sus propias debilidades a fin de mejorarlas si fuera preciso
- Respetarse a sí mismos tal y como son



Días: Miércoles de 16 a 17 h. 3º infantil , 1º y 2º de primaria

Miércoles de 17 a 18 h. 3º, 4º, 5º y 6º de primaria

Cuota mensual: 35 € Cuota trimestral: 105€

Imparte María Polo Prados, psicóloga infanto - juvenil del centro Rincones positivos

Lugar: Centro Cultural

ROCÓDROMO

Iniciación y entrenamiento de la escalada ,donde aprenderás la parte técnica del deporte y las diferentes modalidades mediante ejercicios, dinámicas y juegos. Un deporte que apuesta por el esfuerzo y reforzar la autoestima.

DESTINATARIOS: niños de 6 hasta 15 años.

Mayores de 15 años si estás interesado consulta más información en el Centro Cultural.

HORARIOS: viernes de 17.00 a 19.00 h.

LUGAR: Pabellón municipal Vicente del Bosque

CUOTA: 25€ / mes . 2 h/ semana

MONITOR: Héctor Fernández Rodríguez, monitor de nivel y experto en actividades en el medio terrestre; escalada en roca y rocódromo.

LABoratorio de INiciativas JUveniles CABrerizos

A PARTIR DE 12 AÑOS
iwelcome!

Jóvenes de Cabrerizos,
con ganas de compartir y
participar en proyectos,
iniciativas y experiencias
relacionadas con el
*ocio y tiempo libre
*voluntariado
*deporte
*intercambios
juveniles
*Programas
europeos

Punto de encuentro
y diálogo: 19:00h.

2do. martes/mes: presencial
(Centro Cultural de Cabrerizos)

4º. martes/mes: "On line".
previa inscripción

JUNTOS, PEQUEÑOS CAMBIOS,
GRANDES COSAS....



INSCRIPCIÓN
CENTRO CULTURAL
WWW.AYTO-CABRERIZOS.COM
WHATSAPP
651868889



[cabrerizosespaciojoven](https://www.instagram.com/cabrerizosespaciojoven)

Taller de Dibujo y Pintura Adultos



¿QUÉ OFRECEMOS?

- * Conocer y aplicar distintas técnicas de pintura
- * Reconocer medios de expresión artística
- * Despertar la creatividad y la imaginación
- * Potenciar la destreza manual
- * Desarrollar la formación artística y plástica a través del dibujo y la pintura
- * Disfrutar manipulando y practicando con nuevos materiales

DESTINATARIOS: adultos.

HORARIOS: martes de 17:00 a 19:00h.

MATRÍCULA Y PAGOS:

Matrícula: 10€ /curso

Cuota: 75€ trimestre.

PROFESOR: Jorge Orejudo

Taller de Dibujo y Pintura Infantil

Actividad artística y lúdica en la que trabajaremos con diferentes materiales y técnicas: pintura, rotuladores, barro, acuarela, carboncillo...

El objetivo es fomentar la creatividad, el gusto por la creación artística y la correcta utilización de los medios artísticos.

DESTINATARIOS: Niños entre 7 y 10 años.

HORARIOS: miércoles de 18:00h. a 20:00h. en el Centro Cultural.

MATRÍCULA Y PAGO CUOTAS:

Matrícula: 15€/ curso (destinado a material).

Cuota: 75 € trimestre.

PROFESOR: Jorge Orejudo



Taller de Restauración

Recuperar enseres desechados es nuestro objetivo. Para ello necesitamos dedicación, esfuerzo y las directrices de una profesional, con las cuáles conseguiremos nuestro objetivo.

¿QUÉ OFRECEMOS?

- * Técnicas de restauración
- * Ebanistería, taracea, marquetería y talla
- * Técnicas de acabado
- * Pintura y decoración
- * Policromía tradicional
- * Dorado de restauración
- * Tapicería
- * Tratamiento del metal

DESTINATARIOS: adultos

HORARIOS:

Martes de 10:30 a 12:30h.

Martes de 17:30 a 19:30h.

Miércoles de 17:30 a 19:30h.

LUGAR: Centro Cultural

MATRÍCULA Y PAGO:

Matrícula: 10€/ curso (destinado a material).

CUOTA: 75€/ trimestre

PROFESORA: M^a Teresa González



ACTÍVATE +60

¿Tienes más de 60 años y te gustaría pasar un rato agradable con gente de tu edad y haciendo actividades prácticas y divertidas?

Os proponemos el programa ACTÍVATE +60 con diferentes cursos y talleres donde pretendemos fomentar el ocio y el aprendizaje en esta etapa de la vida. Promoveremos la autonomía personal, la prevención del deterioro cognitivo, la realización de actividad física e intentaremos mejorar en la medida de lo posible la calidad de vida de las personas y lograr un envejecimiento activo.

TALLER DE MEMORIA

Día: jueves (si es necesario por el número de participantes se establecerá otro día)

Horario: de 18:15a 19:30h.

Lugar: Centro Cultural

Cuota: Gratuita

Monitores: técnicos CC

PARQUE BIO y PASEOS SALUDABLES

Actividades físicas en el parque biosaludable situado en el campo de fútbol municipal y/o paseos por el municipio con el objetivo de fomentar la práctica regular de actividad física así como el uso correcto de los aparatos gimnásticos situados en nuestro municipio.

Día: viernes

Horario: de 11.00 a 12.30 h.

Lugar: Campo de fútbol municipal

Cuota: Gratuita

Monitores: Técnicos CC

AULA VIRTUAL

Utilización de las nuevas tecnologías y formas de comunicación de manera fácil, dinámica, cooperativa y divertida.

Smartphone, internet, correo electrónico, música, vídeos, redes sociales, APPs...

Día: miércoles

Horario: 11:00 a 12:30 h.

Lugar: Centro Cultural de Cabrerizos

Cuota: Gratuita

Monitores: Técnicos CC

DEPENDE DE TI

Iniciativa dirigida a personas **de 60 y más años**, que promueve y ayuda a mantener una **actitud positiva ante la vejez y la vida** estimulando el envejecimiento activo.

Talleres de **gimnasia de mantenimiento**, utilización fácil de **dispositivos móviles** en la vida cotidiana y **entrenamiento memoria**.

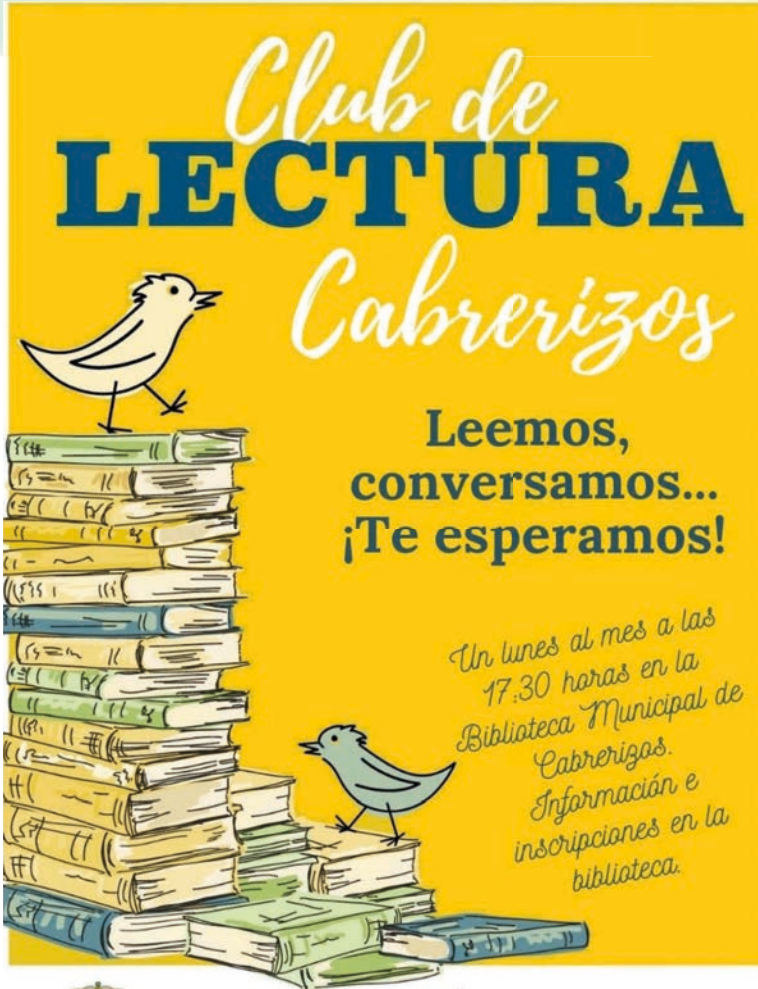
Realización durante el primer semestre del año 2022, de Febrero a Junio.

CLUB DE LECTURA CABRERIZOS

Este curso, en el Club de Lectura queremos engarzar lecturas: elegiremos un tema cada mes (amistad, cuidados, fronteras, etc.), para descubrir cómo se nos presenta en una novela, también en una película o en una composición musical.

Porque sabemos de buena tinta que con esas lecturas hermanadas, ya lo escribió Benedetti, somos mucho más que dos.

El Club de Lectura de Cabrerizos se reúne con una periodicidad mensual. Las reuniones se celebran los lunes a las 17:30 horas en la Biblioteca Municipal "Berta Pallares". Todas aquellas personas que estén interesadas pueden inscribirse en la biblioteca. ¡Os esperamos!



Club de
LECTURA
Cabrerizos

**Leemos,
conversamos...
¡Te esperamos!**

*Un lunes al mes a las
17:30 horas en la
Biblioteca Municipal de
Cabrerizos.
Información e
inscripciones en la
biblioteca.*



**AYUNTAMIENTO
DE
CABRERIZOS**



**BIBLIOTECA
MUNICIPAL
BERTA PALLARES**

PUNTO DE CUENTO

Programa de promoción de la lectura desarrollado por Unpuntocurioso y dirigido a familias con niños de seis meses a tres años en el que se exploran las posibilidades de comunicación entre niño y adulto a través de los libros, el folclore popular, la música y otras sorpresas.

Punto de cuento surge con el fin de proporcionar a las familias interesadas los recursos y herramientas necesarios para convertir la lectura en una vía de comunicación imprescindible con sus hijos. Se estructura en sesiones de una hora de duración. En ellas las familias disfrutarán de unos momentos de lectura con materiales adecuados a sus intereses lectores: después, se presentará una temática a partir de libros, canciones, poemas; por último, los padres recibirán un "punto de cuento" o ficha en la que se recogen los recursos presentados para que puedan ponerla en práctica en casa tantas veces como deseen.

Plazas limitadas, inscripciones en la biblioteca.

PUNTO DE CUENTO

en la Biblioteca Municipal Berta Pallares con Unpuntocurioso



Programa para
leer en familia
con bebés
desde seis
meses a tres
años

SESIONES
MENSUALES:
(plazas limitadas)

1 octubre
5 noviembre
3 diciembre

MEDIDAS

CONTRA COVID19

- distancia de seguridad
- lavado de manos al entrar
- mascarilla obligatoria +6
- materiales desinfectados



*Inscripciones Biblioteca Municipal Berta Pallares
Camino del Manzano, s/n. Cabrerizos

Cuentacuentos



AYUNTAMIENTO
DE
CABRERIZOS



©CTUBRE



BEBECUENTOS

"Animales"

Por Katua Teatro

15 de Octubre - 17:30 horas

De 6 meses a 3 años

CUENTACUENTOS

"Cuentos de otoño"

Por Habichuela Cuentacuentos

22 de Octubre - 19:00 horas

Desde los 4 años

NOVIEMBRE



BEBECUENTOS

"Plas, Plas"

Por Carioca Cuentacuentos

12 de Noviembre - 17:30 horas

De 6 meses a 3 años

CUENTACUENTOS

"Cuentos de siempre como nunca oíste"

Por Rodrigo Cuentacuentos

19 de Noviembre - 19:00 horas

Desde los 4 años

DICIEMBRE

BEBECUENTOS

"¿Cómo se hace un cielo?"

Por María Fraile

17 de Diciembre - 17:30 horas

De 6 meses a 3 años

CUENTACUENTOS

"Cuentos de Navidad"

Por María Fraile

17 de Diciembre - 19:00 horas

Desde los 4 años

Biblioteca Municipal "Berta Pallares"

JUGUETONES ANIMADOS

JUGAR

ES UN DERECHO RECOGIDO EN LA "DECLARACIÓN DE LOS DERECHOS DE LA INFANCIA"

Jugu-tones animados es un proyecto de ocio educativo dirigido a niños de 3 a 11 años para que a través de juegos, plástica, cuentos, recursos naturales, tecnológicos y culturales, disfruten del tiempo libre a la vez que se potencian valores como la amistad, el compañerismo, la imaginación...

Utilizamos el juego como herramienta educativa, al jugar los niños entrenan diferentes habilidades, desarrollan nuevas capacidades y aprenden a relacionarse.

¿QUÉ OFRECEMOS?

- ⇒ **Juegos, canciones, cuentacuentos, talleres artísticos, fiestas temáticas, dinámicas grupales...**
- ⇒ **ESCENARIOS DE CUENTOS CON CARIOCA**, un espacio en el que descubran el placer de leer, el gusto por la cultura y desarrollen una sensibilidad hacia las artes en general. Se llevará a cabo una sesión al mes dentro del programa.

Novedad

PEQUEANIMADOS DE 3 A 5 AÑOS

SUPERANIMADOS DE 6 A 11 AÑOS.

HORARIO: viernes de 18:00 a 20:00 h.

NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 10 niños por aula y monitor

LUGAR: Centro Cultural.

DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD: Del 1 de octubre al 29 de Mayo. Festivos, vacaciones y puentes escolares no habrá actividad.

Las excursiones serán optativas y tendrán un coste añadido.

CUOTA: 30 €/trimestre

20 €/ bimestre (Abril y Mayo)

PAGO: el pago se realizará en tres cuotas, mediante tarjeta en el Centro Cultural (biblioteca).

1.er trimestre: al realizar la inscripción.

2º trimestre: pago del 15 al 20 de diciembre.

Bimestre abril-mayo: pago del 15 al 21 de marzo.



CABRERIZOS EN RUTA

PRIMERA RUTA: PRC—SA 31

SENDERO DE LOS MOLINOS Y CUEVA DE LA REINA MORA

DOMINGO 3 DE OCTUBRE

Salida desde el Centro de Salud a las 9:00h.

Navarredonda de la Rinconada

Distancia aproximada: 12 km ida y vuelta.

Cuota: 8 €

Inscripciones: Centro Cultural hasta el 28 de septiembre.

Dificultad: media

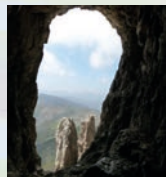
Comida: reserva opcional



“Los Molinos”



“Las Quilamas”



“La Cueva Reina Mora”

SEGOVIA CULTURAL

DOMINGO 14 DE NOVIEMBRE

Acueducto Romano

Catedral de Segovia

Alcázar

Cuota: 10 €

Salida desde el Centro de Salud a las 8:30h.

Comida: reserva opcional

Inscripciones: Centro Cultural hasta el 8 de Noviembre



HORARIOS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

Horarios atención al público

CENTRO CULTURAL

Camino del Manzano, s/n.

De lunes a viernes:

De 10:00 a 13:15 / 17:30 a 20:30h.

BIBLIOTECA

Camino del Manzano, s/n.

De lunes a viernes:

De 10:00 a 13:30 / 17:00 a 20:30h.

Sábados: de 11:00 a 13:30h.

(De Octubre a Mayo)

ESCUELA DE IDIOMAS

Aulas municipales, Calle Atalaya, s/n

Lunes

De 17:00 a 19:00h.

ESCUELA DE MÚSICA

Camino de Salamanca

(Edificio del Centro Médico)

Martes y Jueves

De 17:00 a 18:00h.

PABELLÓN MUNICIPAL

Camino del Manzano, s/n

De lunes a viernes:

De 16:00 a 23:00h.

Sábados:

De 10:00 a 14:00 h. y de 16:00 a 22:00h.

PISTAS DE PÁDEL

(Reservas online página web Ayto.)

Pista Avda. Los Rosales

Pista Campo de Fútbol

Horario de uso de instalaciones:

De 10.00 a 14.30h.

De 17.00 a 23.00 h.



**Reserva
Pistas de pádel**



Las reservas de la pista de pádel se realizarán a través de la web del ayuntamiento:

www.ayto-cabrerizos.com

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

CENTRO CULTURAL MUNICIPAL

BIBLIOTECA PÚBLICA "BERTA PALLARES"

TELF. 923 20 91 83

www.ayto-cabrerizos.com

cultura@ayto-cabrerizos.com

animacion@ayto-cabrerizos.com

biblioteca@ayto-cabrerizos.com



Biblioteca Pública Berta Pallares



cabrerizosespaciojoven

PRÓXIMAMENTE...



Cabrerizos
Ayuntamiento



CABRERIZOS
ACÉRCATE PARA SENTIRLO

SIÉNTELO TUYO, SIÉNTELO CERCA

