

CABRERIZOS EN MARCHA

2023-2024





AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS

CALENDARIO CURSO 2023 - 2024

SEPTIEMBRE

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	

OCTUBRE

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	31					

NOVIEMBRE

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			

DICIEMBRE

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	31

ENERO

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	31				

FEBRERO

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	

MARZO

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	31

ABRIL

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					

MAYO

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	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

JULIO

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	31				

AGOSTO

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
31						

Inicio de las actividades: 2 de octubre de 2023

Fin de las actividades: 31 de mayo de 2024

Festivo local: 22 de enero de 2024

INSCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES

Plazo: hasta el día 27 de septiembre de 2023

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.



PRESENTACIÓN

Ayuntamiento de Cabrerizos



Desde la Alcaldía y en nombre de la Corporación Municipal, quiero dar la bienvenida al curso escolar que estamos iniciando, con el objetivo de presentar la programación **"CABRERIZOS EN MARCHA 2023-2024"**.

El programa **"CABRERIZOS EN MARCHA"**, es el camino que tomaremos como referencia para recorrer todos juntos Cabrerizos, sin dejar a nadie atrás, un programa diverso en contenido, integrador y solidario en lo personal, participativo y abierto a nuevos planteamientos e iniciativas en el tiempo que dure la marcha, así como a colaboraciones de voluntariado, por parte de los ciudadanos de Cabrerizos o de cualquier lugar que se presten a participar, formamos parte de la **"Europa de los Ciudadanos"**.

"CABRERIZOS EN MARCHA" trata de fomentar la participación, la convivencia y las habilidades en todos los grupos de edad de nuestra población, ofreciendo los diversos senderos que integran el camino: los espacios municipales culturales, educativos, recreativos y deportivos. La programación está realizada en base a los intereses e inquietudes que nos muestran las asociaciones, clubs deportivos y los ciudadanos de Cabrerizos, que nos transmiten día a día, siempre tratando de mejorarlas y poder ofertar actividades que muestran una buena participación o experimentando con nuevas iniciativas.

Destacamos dentro del programa **"CABRERIZOS EN MARCHA"**, los siguientes proyectos e iniciativas :

- > Escuelas municipales de Música e Idiomas
- > Actividades de danza, psicomotricidad,.....
- > Escuelas deportivas (baloncesto, judo, fútbol-sala, gimnasia rítmica, tenis, tenis de mesa, tiro con arco, escalada/rocódromo, pádel, etc.)
- > Programa de mayores (aula virtual, yoga, taller de memoria...) y "Depende de Ti"
- > Proyecto educativo infantil: Juguetones Animados y escenarios de cuento.
- > Proyecto Biblioteca Activa (Club de lectura, cuentacuentos, bebecuentos, taller de relatos cortos, punto de cuento...)
- > Talleres artísticos educativos, creativos y culturales (dibujo y pintura, restauración,....)
- > Aula Virtual Digital (Ayto. de Cabrerizos centro colaborador de CyL digital)

.....

Nos ponemos en marcha y os invito a participar en las actividades programadas, que sean de vuestro interés.

Estamos a vuestra disposición.

Claudio del Río Sánchez
Alcalde de Cabrerizos



AYUNTAMIENTO DE
CABRERIZOS



- **Educación infantil Niños de 4 a 6 años**
INICIACIÓN MUSICAL- martes y jueves de 16:30 a 17:30
- **Práctica instrumental Niños a partir de 7 años (sin límite de edad)**
ÁREA DE PIANO, GUITARRA, VIOLÍN, VIOLA, FLAUTA, SAXO,
BATERÍA Y PERCUSIÓN
- **Formación musical complementaria**
Lenguaje musical, Práctica de conjunto, Coro.

**Plazo de matrícula para nuevos alumnos del
4 al 20 de septiembre**

En el centro cultural de 10:00 a 13:30h.

**Del día 18 al 20 también en horario de tardes
de 17:00 a 20:30h.**

**Más información en:
Tlf. 605 010 336 en horario
de 10:00 a 14:00 h.**



AYUNTAMIENTO DE
CABRERIZOS



Escuela de música

Curso 2023-2024

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.

CICLO DE MÚSICA Y MOVIMIENTO

Música y movimiento: niños de 4 a 6 años.

Iniciación musical: martes y jueves de 16.30 a 17.30 H

CICLO ELEMENTAL (Práctica instrumental, 3 clases semanales).

Práctica instrumental: sin límite de edad

Las clases tienen una duración de 45 minutos. Una clase semanal.

Consultar horarios individualizados (Centro Cultural y/o escuela de música)

Formación musical (lenguaje musical).

Consultar horarios con la dirección de la Escuela de música

Actividades instrumentales y vocales conjunto

Conjunto musical (45 minutos)

Los alumnos tienen que proporcionar un número de teléfono móvil en el impreso de matrícula para recibir las notificaciones oportunas de la dirección de la escuela durante el curso.

Los alumnos admitidos en **iniciación musical** tendrán dos clases semanales de 60 minutos cada una.

Los alumnos admitidos en **Ciclo elemental** tendrán tres clases semanales:

Clase de instrumento de 45 minutos individual o grupo de 2 alumnos máximo

Clase de lenguaje musical de 60 minutos

Práctica de conjunto de 45 minutos.



AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS

¿Quieres mejorar tu inglés?

ESCUELA IDIOMAS CABRERIZOS



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

CUOTAS

MATRÍCULA: 15€ (Se realiza el pago en la inscripción)

PAGOS TRIMESTRALES: mediante domiciliación o pago con tarjeta en el Centro Cultural.

EMPADRONADOS: 70€

50€ BIMESTRE

NO EMPADRONADOS: 105€

70€ BIMESTRE

CUOTA B2, C1-C2:

EMPADRONADOS: 110€ TRIMESTRE

50€ BIMESTRE

NO EMPADRONADOS: 150€ TRIMESTRE

70€ BIMESTRE

BONOS DE CONVERSACIÓN

4 HORAS (40€) 8 HORAS (70€) 12 HORAS (100€)



AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS



¿Quieres mejorar tu inglés?

ESCUELA IDIOMAS CABRERIZOS



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 pueden ser **ON-LINE O PRESENCIALES** según demanda.

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

Si quieres practicar o tienes interés en otros idiomas puedes hacer llegar la propuesta y estudiamos las posibilidades.

Durante este curso se realizará, con los alumnos que lo deseen, estancia en un país de habla inglesa.





¡APÚNTATE YA!



DANZABRERIZOS

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
10:00H		ZUMBA		ZUMBA		
11:00H						SEVILLANAS (MAMÁS/ NIÑAS-OS)
12:00H						SEVILLANAS (ADULTOS)
17:30H	MODERNO 12-14 AÑOS		MODERNO 12-14 AÑOS	INICIACIÓN DANZA (3-5 AÑOS)	DANZA URBANA	
18:30H	COMERCIAL DANCE 15-17 AÑOS		ZUMBA MAMÁ/NIÑAS	MODERNO (6-9 AÑOS)	COMERCIAL DANCE (MAMÁ/NIÑA- O)	
19:30H	COMERCIAL DANCE PREMIUM (+30 AÑOS)		COMERCIAL DANCE PREMIUM (+30 AÑOS)	MODERNO (10-12 AÑOS)	TANGO ARGENTINO SALÓN- LATINOS	
20:30	ENOUGH SOUL (GRUPO COMPETICIÓN)		ENOUGH SOUL (GRUPO COMPETICIÓN)			

CUOTAS MENSUALES

MATRÍCULA: 10 €

INICIACIÓN DANZA, COMERCIAL DANCE, ENOUGH SOUL, DANZA URBANA, MODERNO, ZUMBA, TANGO/LATINOS Y SEVILLANAS

EMPADRONADOS: 1 DÍA A LA SEMANA 20€
2 DÍAS A LA SEMANA 30€

NO EMPADRONADOS: 1 DÍA A LA SEMANA 30€
2 DÍAS A LA SEMANA 40€

ZUMBA MAMÁS/NIÑOS (mamá con un niño) 30€

NIÑO ADICIONAL 10€

SEVILLANAS MAMÁS/NIÑOS (mamá con un niño) 30€

NIÑO ADICIONAL 10€



AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS

ESCUELAS DEPORTIVAS DE FÚTBOL Y TENIS

Ayuntamiento de Cabrerizos



FÚTBOL Y FÚTBOL SALA

VESTUARIOS para los entrenamientos -- Temporada 23-24



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:30					
17:00	Escuela (B1)	PRE-BENJAMIN (B2)	BENJAMIN A (B1) BENJAMIN B (B2)	ALEVIN A (C1) ALEVIN B (A) y las niñas en C2	Porteros F7 (todos)
17:30			Escuela (B1)	PRE-BENJAMIN (B2)	
18:00				BENJAMIN A (B1) BENJAMIN B (B2)	
18:30	INFANTIL A (C1) INFANTIL B (C2)	ALEVINES B y D (A) ALEVIN C (C1) y las niñas en C2	INFANTIL A (C1)	Porteros INFANTILES	ALEVIN C (B1) ALEVIN D (B2) y las niñas en C2
19:30				CADETE A (C1) CADETE B (C2)	
20:00	JUVENIL A (B1) JUVENIL B (B2)	CADETE A (B1) CADETE B (B2)	Porteros JUVENILES	JUVENIL A (B1) JUVENIL B (B2)	A libre disposición para entrenamientos extra y/o recuperaciones
21:00	Aficionados FUTORMES (A)	Provincial MASCULINO (A)	JUVENIL A (A) JUVENIL B (B2)	Provincial MASCULINO (A)	Libre (alquiler)
22:30					

Final de las sesiones

Escuela de iniciación: lunes y miércoles. Horario: 16:30h -17:30h

Información e inscripciones: info@cabrerizoscf.com

Teléfonos: 659 161 041 / 660 727 400.

www.cabrerizoscf.com



TENIS

Dónde: Pabellón Municipal de Cabrerizos "Vicente del Bosque"

Edades: desde 4 a 18 años (horario tarde)

Horario: lunes (17:00h-20:00h) y miércoles (18:00h-20:00h)
2 horas a la semana

Cuota: Bonificación 25% empadronados en Cabrerizos.

Pago trimestral.

+información: www.betennissalamanca.com Teléfono: 651451031



ESCUELAS DEPORTIVAS DE BALONCESTO Y TIRO CON ARCO

Ayuntamiento de Cabrerizos

BALONCESTO

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

+INFORMACIÓN
cuotas, inscripciones,...

<https://www.facebook.com/cbcabrerizos/>

Correo electrónico
baloncestocabrerizos@gmail.com

Coordinador deportivo:
Luis Peregrina de la Torre
Teléfono: 628143309
www.cabrerizoscf.com



MARTES	HORAS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
	16:00 / 17:15	PREBENJAMIN	BENJAMIN	
	17:15 / 18:30	ALEVÍN MAS	ALEVIN FEM	INFANTIL FEM
	18:30 / 19:45	CADETE MAS	CADETE FEM	INFANTIL MAS
	19:45 / 21:00	JUNIOR MAS	JUNIOR FEM	SENIOR FEM
	21:00 / 22:00	SENIOR MAS-1		
	22:00 / 23:00	SENIOR MAS-2		

MIÉRCOLES	HORAS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
	20:00 / 21:30	SENIOR MAS-1		
	21:30 / 23:00	SENIOR MAS-2		

JUEVES	HORAS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
	16:00 / 17:15	PREBENJAMIN	BENJAMIN	
	17:15 / 18:30	ALEVÍN MAS	ALEVIN FEM	INFANTIL FEM
	18:30 / 19:45	CADETE MAS	CADETE FEM	INFANTIL MAS
	19:45 / 21:00	JUNIOR MAS	JUNIOR FEM	SENIOR FEM

VIERNES	HORAS	PISTA 1	PISTA 2	PISTA 3
	16:00 / 17:00	PREBENJAMIN	BENJAMIN	
	18:00 / 19:00	ALEVÍN MAS	ALEVIN FEM	INFANTIL FEM
	19:00 / 20:15	CADETE MAS	CADETE FEM	INFANTIL MAS
	20:15 / 21:30	JUNIOR MAS	JUNIOR FEM	SENIOR FEM

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.com
laflechadesalamanca@gmail.com



ESCUELAS DEPORTIVAS DE TENIS DE MESA Y JUDO

Ayuntamiento de Cabrerizos

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/niñas a partir de 7 años y adultos.

HORARIOS: viernes, de 17:00h a 21:00h.

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

CUOTAS: cuota trimestral 30€.

MONITOR: Marcos Ochoa Calvo. Federado en CyL, en segunda nacional.



JUDO

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/niñas de 4 a 12 años.

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

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

CUOTAS: 96€ cuatrimestre (24€/mes).

Cada alumno tiene que pagar además una licencia federativa que tienen un coste aproximado de 35 € por temporada. Que acredita al deportista la práctica de un deporte oficial, permitiendo la homologación de cinturones e incluye un seguro médico. Todos los alumnos deberán comprar la equipación.

PROFESOR/MONITOR: Víctor Hernández, monitor deportivos de la Escuela de Judo Doryoku (Gimnasio Zarza).

DORYOKU



ESCUELAS DEPORTIVAS DE GIMNASIA RÍTMICA, ROCÓDROMO/ESCALADA Y TALLER DE PSICOMOTRICIDAD

Ayuntamiento de Cabrerizos

GIMNASIA RÍTMICA

Dirigida especialmente a niños/as 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 17:00h a 18:00h.

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

CUOTAS: 54€/trimestre (2 días a la semana). 36€/trimestre (1 día a la semana).

MONITORA: Blanca Francisco Valiente (gimnasta).



ROCÓDROMO/ESCALADA

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 refuerza la autoestima.

DESTINATARIOS: niños/as de 6 hasta 15 años.

Mayores de 15 años: si estás interesado en utilizar el rocódromo, consulta la información en el Centro Cultural Municipal.

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

LUGAR: Pabellón Municipal Vicente del Bosque

CUOTA: 25€ /mes . 2 h/ semana

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



TALLER PSICOMOTRICIDAD

Taller de psicomotricidad infantil es la técnica que ayuda a niños/as, a dominar sus movimientos corporales de una forma sana, así como a mejorar su relación y comunicación con los demás. El principal beneficio que tiene la psicomotricidad en la etapa infantil es el fortalecimiento de la salud física y mental del escolar.

DESTINATARIOS: niños/as de 6 hasta 11 años.

HORARIOS: miércoles de 18:00h a 19:00h.

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

CUOTA: 15€ /mes . 1 h/ semana

MONITORA: Andrea Conde Barral (Terapeuta ocupacional).



ESCUELAS DEPORTIVAS DE PATINAJE Y ATLETISMO

Ayuntamiento de Cabrerizos

PATINAJE

GRUPOS DESTINATARIOS	DIA/HORA
GRUPO DE ADULTOS A PARTIR DE 15 AÑOS	SABADOS 10:00 A 11:00
GRUPO DE INICIACION (DESDE 2º E. INFANTIL, NACIDOS 2019, HASTA 6º DE PRIMARIA)	SABADOS 11:00 A 12:00
GRUPO DE AVANZADO (DESDE 1º A 3º DE PRIMARIA) SABER PATINAR, GIRAR Y FRENAR	SABADOS 12:00 A 13:00
GRUPO DE AVANZADO (DESDE 4º A 6º DE PRIMARIA) SABER PATINAR, GIRAR Y FRENA	SABADOS 13:00 A 14:00

LUGAR DE REALIZACIÓN: INSTALACIONES DEL CRA LA FLECHA

INFORMACIÓN:  616559167 Y pdepatinaje@gmail.com
INSCRIPCIÓN: CENTRO CULTURAL 

TARIFAS CURSO 2023-24 DE P DE PATINAJE Consultar normas y condiciones	PRECIO CUATRIMESTRE POR ALUMN@
TARIFA 1 PATINAJE INICIACIÓN Y AVANZADO	60 € IVA INCLUIDO
TARIFA 2 PATINAJE ADULTOS Y JUVENIL:	75 € IVA INCLUIDO

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 las pistas del Helmántico.



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

DÍA/HORARIO: miércoles y viernes de 17:00 a 18:00h.

LUGAR: Pabellón Municipal "Vicente del Bosque".

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

Num. Cuenta: BBVA N°: 0182 5580 470201522945

COORDINADOR/ ENTRENADOR: Ramiro Martín: ex atleta Internacional.

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

Más Información:Tlf: 649 86 06 52



CABRERIZOS EN MARCHA +60

Ayuntamiento de Cabrerizos

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

Proponemos el programa CABRERIZOS EN MARCHA +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.

También nos sumaremos al programa "DEPENDE DE TI", espacios activos de hábitos saludables, de la Diputación Provincial de Salamanca.

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. (máximo 15 personas. Por orden de inscripción)

HORARIOS: martes y jueves de 17:00 a 18:00h. **LUGAR:** Centro Cultural.

CUOTA: 30€/mes. **MONITOR:** José Antonio Pardo



GIMNASIA MANTENIMIENTO

MANTENIMIENTO FÍSICO/EMOCIONAL=EXCELENTE SALUD MENTAL

¿Qué ofrecemos?

- *Cardio, coordinación, psicomotricidad, estiramientos y relajación

DESTINATARIOS: adultos. (máximo 15 personas. Por orden de inscripción)

HORARIOS: lunes y miércoles de 17:00 a 18:00h. **LUGAR:** Centro Cultural.

CUOTA: 15€/mes. **DURACIÓN CURSO:** 18 de septiembre a 20 de diciembre.

Continuaremos en febrero 2024

con el programa "DEPENDE DE TI" -sin cuota-



TALLER DE MEMORIA

¿Qué ofrecemos? Dinámicas, juegos, pasatiempos,.....

DESTINATARIOS: adultos. (máximo 12 personas/grupo. Por orden de inscripción).

HORARIOS: JUEVES Grupo 1: 17:00h a 18:00h. JUEVES Grupo 2: 18:00h a 19:00h.

LUGAR: Centro Cultural. **CUOTA:** Gratuita. **MONITORES:** Centro Cultural



TALLERES: DIBUJO-PINTURA Y RESTAURACIÓN

Ayuntamiento de Cabrerizos

TALLER 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

Horario: martes de 17:00 a 19:00h. **Lugar:** Centro Cultural Municipal

Matrícula: 10€ /curso (destinado a material). **Cuota:** 75€/trimestre.

Profesor: Jorge Orejudo

TALLER DIBUJO Y PINTURA, INFANTIL

¿QUÉ OFRECEMOS?

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.

Horario: miércoles de 18:00 a 20:00h. **Lugar:** Centro Cultural Municipal

Matrícula: 10€ /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 cuales conseguiremos nuestros objetivos.

¿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. **Lugar:** Centro Cultural Municipal

Horarios: martes de 11:00h a 13:00h. martes de 17:30h a 19:30h.
miércoles de 17:45h a 19:45h.

Matrícula: 10€/ curso (destinado a material). **Cuota:** 75€/trimestre

Profesora: M^o. Teresa González Pereira

TAICHI-CHUAN, PÁDEL, CICLISMO

Ayuntamiento de Cabrerizos

TAICHI CHUAN

Es un sistema no competitivo de ejercicio suave y estiramientos, de origen chino, otorga muchos beneficios para la salud. Es una técnica que ofrece relajación, mejora la flexibilidad y equilibra la mente. El taichí tiene muchos estilos diferentes.

DESTINATARIOS: adultos.

HORARIOS: lunes y miércoles de 18:00h a 19:30h.

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

CUOTA: 30€/mes (pago trimestral)

ORGANIZA: Asociación Cultural "Bagua" **CONTACTO:** asociacionbagua@gmail.com



PÁDEL

LUGAR: pista pádel Campo de fútbol. Calle Ronda de Cabrerizos.

EDADES: G-1: adultos mayores de 16 años. G-2: de 7 a 16 años (por la tarde).

HORARIO: martes y jueves. 10:00h-12:00h y 18:00h-21:00h. 2 horas a la semana

Cuotas (mensuales y precios válidos para grupos de mínimo 3 alumnos/as y máximo 4 alumnos/as por pista.

TARIFAS CURSO 2023-24 PÁDEL	EMPADRONADO 7 HASTA 16 AÑOS
1 DÍA/SEMANA	TARDES 30€/mes
2 DÍAS/SEMANA	TARDES 55€/mes

TARIFAS CURSO 2023-24 PÁDEL	EMPADRONADO ADULTOS >16
1 DÍA/SEMANA	MAÑANAS 30€/mes TARDES 35€/mes
2 DÍAS/SEMANA	MAÑANAS 55€/mes TARDES 70€/mes

Las clases que coincidan con una meteorología desfavorable podremos llevarlas a la pista cubierta de Moriscos (Centro Deportivo Moriscos), sin coste extra.

+información: www.betennissalamanca.com Teléfono: 651451031

Consultar normas y condiciones

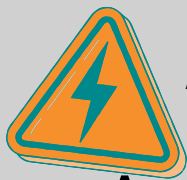


Escuela de Ciclismo Salmantina

Información: 679 469 075



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



Aula virtual digital

- **Aula virtual 1:** iniciación a la utilización del teléfono inteligente y aplicaciones de interés para facilitar la vida diaria, herramientas básicas.

Día: miércoles **Horario:** 11:00 a 12:00 H

- **Aula virtual 2:** utilización de nuevas tecnologías y formas de comunicación de manera fácil, dinámica, cooperativa y divertida, búsqueda, gestión de información y realización de trámites en dispositivos móviles.

Día: miércoles **Horario:** 10:00 a 11:00H

- **Jornada informativa:** conoce CYL digital.

Día: 28 septiembre **Horario:** 10:00 a 11:00H

- **Asesoramiento tecnológico,** trámites online con las administraciones públicas, uso de dispositivos móviles, búsqueda de empleo.

Día: viernes **Horario:** 10:00 a 11:00H

- **D.N.I., certificado digital y sistema cl@ve**

Días: 6,9,10 y 11 Octubre

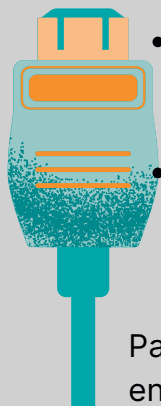
Horario: 17:00 a 19:00H

- **Haz tus gestiones online con la Administración de forma sencilla** (S.S., AEAT, Catastro, DGT..)

Días: 20,21,22 y 23 Noviembre

Horario: 17:00 a 19:00H

Para poder participar debes realizar inscripción previa en el Centro Cultural. Actividades gratuitas.



CUENTACUENTOS Y BEBECUENTOS

OCTUBRE - DICIEMBRE

20 Octubre 19:00 horas

"Uke-Cuentos"

Cuentacuentos por Kamaru Teatro

27 Octubre 17:30 horas

"Te quiero"

Bebecuentos por Carioca

10 Noviembre 17:30 horas

"Animales"

Bebecuentos por Katua

24 Noviembre 19:00 horas

"Entre animales y colores anda un cuento"

Cuentacuentos por A. Venturini

15 Diciembre

Tarde de cuentos con Manuel Ferrero

17:30 Bebecuentos

19:00 Cuentacuentos

*Inscripción previa desde el lunes anterior a cada sesión.
Cuentacuentos (desde 4 años). Bebecuentos (de 6 meses a 3 años).



**AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS**

Biblioteca Municipal "Berta Pallares"



"Relata" Taller de escritura creativa

La escritura tiene la capacidad de integrar la experiencia humana porque nos permite ver el mundo, al otro y a nosotros mismos. Los Talleres de Escritura Creativa se nutren de la curiosidad de los seres humanos, que tienen una historia por contar y la disposición de querer aprender un oficio, que cuestiona la experiencia e inventa la forma en la que es representada.

Si quieres escribir, puedes, pero primero debes conocer las técnicas de un oficio tan antiguo como el hombre: el de contador de historias.

Lugar: Biblioteca Municipal "Berta Pallares"

Día/Hora: Dos lunes al mes a las 18:15 horas.

Destinatarios: Jóvenes de 12 a 16 años

Inscripción: en la Biblioteca Municipal "Berta Pallares"

CLUB DE LECTURA.

El Club de Lectura de Cabrerizos lleva en funcionamiento desde el año 2016 y a lo largo de estos años ha conseguido reunir a un grupo de personas que una vez al mes, aproximadamente, comparten el placer de la lectura de un libro previamente seleccionado por ellos comentando e intercambiando opiniones sobre el mismo.

Lugar: Biblioteca Municipal "Berta Pallares"

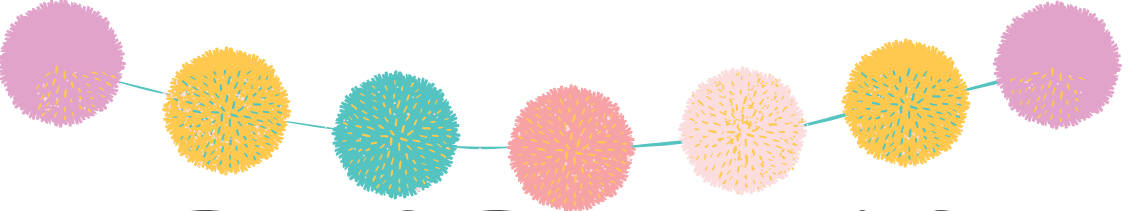
Día/Hora: Un lunes al mes a las 17:30 horas.

Destinatarios: Personas adultas.

Inscripción: en la Biblioteca Municipal "Berta Pallares"



AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS



ESCENARIO de cuentos



“CARIOCA” NOS PRESENTA ESTE TALLER DE ANIMACIÓN A LA LECTURA CON LA INTENCIÓN DE ALCANZAR COMO OBJETIVOS BÁSICOS QUE LOS NIÑ@S APRENDAN A CONTAR HISTORIAS, DESARROLLEN LA IMAGINACIÓN Y LA FANTASÍA APLICADA AL CUENTO, POTENCIEN LA CREATIVIDAD PARA EXPRESARSE DE MANERA ARTÍSTICA Y LIBRE Y CONVERTIR EL LIBRO EN ELEMENTO DE DISFRUTE Y JUEGO EN EL DÍA A DÍA.

SE TRATA DE CREAR UN LUGAR VIVO E INTERACTIVO QUE ALIMENTE LA CREATIVIDAD DEL NIÑO EN EL QUE SE SIENTA A GUSTO Y LIBRE PARA EXPRESARSE CON NATURALIDAD.

LUGAR: BIBLIOTECA MUNICIPAL “BERTA PALLARES”

DÍA/HORA: UN VIERNES AL MES A LAS 18:30 HORAS

DESTINATARIOS: NIÑOS/AS DE 7 A 11 AÑOS.

INSCRIPCIÓN: PLAZAS LIMITADAS QUE SE ADJUDICARÁN POR ORDEN DE INSCRIPCIÓN EN LA BIBLIOTECA.



¡Ven a
divertirte!



AYUNTAMIENTO
DE CABRERIZOS





JUGUETONES ANIMADOS

PEQUEANIMADOS DE 3 A 6 AÑOS



Actividades

- Juegos, Canciones, Cuentacuentos, Talleres artísticos, Fiestas temáticas, Dinámicas grupales...

Jugu-tones animados es un proyecto de ocio educativo, utilizamos el juego como herramienta educativa, al jugar los niños entrenan diferentes habilidades, desarrollan nuevas capacidades y aprenden a relacionarse.

HORARIO: viernes de 17:30 a 19:00H

NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 10 niños por aula y monitor, si no hay un número mínimo de 8 niños la actividad no podrá realizarse, así como en cada trimestre tiene que existir un número mínimo de participantes para poder desarrollar el programa.

Lugar: Centro Cultural.

Duración de la actividad: Del 6 de octubre al 31 de mayo. Festivos, vacaciones y puentes escolares no se impartirá 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 pago con tarjeta en el Centro Cultural (biblioteca). Al realizar la inscripción se realizará el pago y así sucesivamente en los siguientes trimestres





CREA/RECREA/RECICLA – SCRAPBOOKING

Ayuntamiento de Cabrerizos



CREA-RECREA-RECICLA

CREA-RECREA-RECICLA, es una propuesta cargada de creatividad y expansión para relajarse los viernes, donde los participantes disfrutarán manipulando los materiales y colaborando en grupo.

Nos ponemos en marcha realizando:

- Talleres artísticos/creativos y originales
- Juegos educativos de grupo (de mesa/internet)
- Scapes Room/Cluedos
- Talleres de educación medioambiental, orientación y senderismo, voluntariado,....
- Juegos, canciones, dinámicas grupales,
- Creación de videos temáticos, podcast,

DURACIÓN DE LA ACTIVIDAD: Del 6 de octubre al 31 de Mayo.
Festivos, vacaciones y puentes escolares no habrá actividad.

NÚMERO MÁXIMO y MÍNIMO DE PARTICIPANTES: 12 niños/as por aula y monitor, si no hay un número mínimo de participantes (8) en cada trimestre/bimestre la actividad no podrá realizarse.

PAGO: el pago se realizará en tres cuotas, mediante pago con tarjeta en el Centro Cultural (biblioteca). Al realizar la inscripción se realizará el pago y así sucesivamente en los siguientes trimestres.

DESTINATARIOS: de 7 a 12 años. **Lugar:** Centro Cultural Municipal

HORARIOS: viernes de 17:30h a 19:00h.

CUOTA: 30€/trimestre - 20€/bimestre (abril y mayo)

TALLER DE SCRAPBOOKING

Scrapbook es una técnica para personalizar álbumes de fotografías mediante multitud de procesos como el recorte, pegado o collage para crear una composición de recuerdos con tus fotografías, confeccionado con materiales reciclados y comprados.

Se aplicarán muchas técnicas para fomentar el reciclado y la apreciación de cualquier material para la creación de nuestros trabajos.

Destinatarios: A partir de 15 años

Lugar: Centro Cultural Cabrerizos

Día: viernes **Horario:** de 17:00h a 19:00h.

Cuota: 30 € mes y materiales a cargo del participante. **Monitor:** Carmen Alba Montero



HORARIOS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

Ayuntamiento de Cabrerizos

HORARIOS ATENCIÓN AL PÚBLICO

CENTRO CULTURAL
Camino del Manzano, s/n.

De lunes a viernes:

De 10:00 a 14.00 / 17:00 a 20:30h.

BIBLIOTECA

Camino del Manzano, s/n.

De lunes a viernes:

De 10:00 a 13:30 / 16.30 a 20:30h.

ESCUELA DE IDIOMAS
(Horario clases)

Aulas municipales,
Calle Atalaya, s/n

Lunes a Jueves
De 16:00 a 21:00h.

ESCUELA DE MÚSICA

Camino de Salamanca
(Edificio del Centro Médico)

Martes

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.

Instalaciones deportivas

TELF. 651868892(Ángel)

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.

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

TELF. 923 28 90 63

www.ayto-cabrerizos.com

CENTRO CULTURAL MUNICIPAL BIBLIOTECA PÚBLICA "BERTA PALLARES"

TELF. 923 20 91 83

Ext. 1. Cultura (Tito)

Ext. 2. Animación (Silvia)

Ext. 3. Biblioteca (Javier)

* * *

cultura@ayto-cabrerizos.com
animacion@ayto-cabrerizos.com
biblioteca@ayto-cabrerizos.com



Biblioteca Pública Berta Pallares



[cabrerizosespaciojoven](https://twitter.com/cabrerizosespaciojoven)



Las reservas y el pago de las pistas
de pádel se realizarán a través de la
web del ayuntamiento:

<https://reservasaytocabrerizos.eslareservas.com/Centro/Index/1>

CABRERIZOS EDUCA

CURSO 2023-2024

¡C.R.A. La Flecha en marcha!

Actividades

Medio Ambiente

Deportes

Exposiciones

Tradiciones populares

Igualdad y solidaridad

Teatro y música



Instalaciones municipales

Visitas Temáticas de interés

Animación a la lectura/cuentacuentos

Educación para la salud

Educación vial,.....



AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS