ACTÍVATE 2022-2023

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

CALENDARIO ESCOLAR

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					

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		

Inicio de las actividades: 3 de Octubre de 2022

Fin de las actividades: 31 de Mayo de 2023

Festivo local: 22 de Enero de 2023 (puede pasar la fiesta al lunes día 23)

INSCRIPCIONES EN LAS ACTIVIDADES OFERTADAS

Plazo: hasta el día 27 de Septiembre de 2022

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

Todas las actividades se regirán por el calendario escolar, con un número mínimo de participantes en cada actividad.

PRESENTACIÓN

Os quiero dar la bienvenida al nuevo curso, con el objetivo de presentar la programación de ACTÍVATE 2022-23 para el nuevo curso escolar.

El programa Actívate trata de fomentar la participación, la convivencia y las habilidades en todos los grupos de edad de nuestra población, ofreciendo espacios culturales, educativos y deportivos. La programación se realiza en base a los intereses y necesidades que todos los grupos de edad nos transmiten en el día a día, siempre tratando de mejorar y poder ofertar todo tipo de actividades de interés. Destacamos dentro del programa los siguientes proyectos:

- Escuelas municipales de Música e Idiomas
- Actividades de danza
- Escuelas deportivas (baloncesto, judo, gimnasia rítmica, tenis...etc.)
- Rocódromo
- Programa de mayores (aula virtual, yoga, ocio, 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
- Cabrerizos en ruta
- Cabrerizos acércate para sentirlo

Queremos fomentar formas de ocio saludable y motivar la participación en todas las actividades, por ello realizamos 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.

CICLO DE MÚSICA Y MOVIMIENTO

Música y movimiento: niños de 3 a 6 años.

Iniciación musical I (3 años): martes y jueves de 17:15h a 18:15h.

Iniciación musical II y III (4-6 años): martes y jueves de 16:15h a 17:15h.

CICLO ELEMENTAL (Práctica instrumental, 4 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).

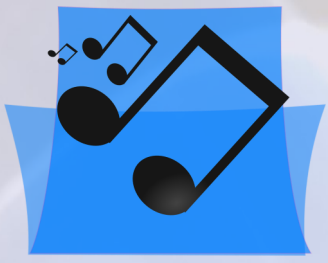
Formación musical (lenguaje musical).

Lenguaje 1: martes, de 18:00h a 18:45h.

Lenguaje 2: martes, de 17:00h a 17:55h.

Lenguaje 3: martes, de 18:45h a 19:45h.

Lenguaje 4: martes, de 16:00h a 16:55h.



Actividades instrumentales y vocales de conjunto.

Grupo coro (60 minutos): jueves a las 18:45 h.

Conjunto musical (45 minutos):

Martes: **grupo 1**: 17:15h; **grupo 2**: 18:00h.

Miércoles: **grupo 1**: 18:45h; **grupo 2**: 20:15h.

Se recomienda hablar con la Dirección de la escuela de música para cuadrar horarios en función de los niveles formativos.

ESCUELA MUNICIPAL DE MÚSICA

CABRERIZOS

CURSO 2022–2023

PRECIOS PÚBLICOS ESTABLECIDOS

TASAS DE MATRICULA (B.O.P. Nº145, jueves 28/julio/2016)

CICLO DE MUSICA Y MOVIMIENTO	*CUOTA TRIMESTRAL*	
- INICIACION MUSICAL I y II – *alumnos de 3*, 4 y 5 años*	73€ (empadronados)	117€ (no empadronados)
- INICIACIÓN MUSICAL III – *alumnos de 6 años*	80€ (empadronados)	130€ (no empadronados)

CICLO ELEMENTAL (Práctica instrumental)	*CUOTA TRIMESTRAL*	
- PREFORMACIÓN MUSICAL – *alumnos de 7 años*	135€ (empadronados)	227€ (no empadronados)
- FORMACIÓN MUSICAL (clase 2 alumnos) – desde 8 años	135€ (empadronados)	227€ (no empadronados)
- FORMACIÓN MUSICAL (clase individual) – desde 8 años	150€ (empadronados)	227€ (no empadronados)

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 escolar. Los alumnos admitidos en **Iniciación musical I y II** tendrán dos clases semanales de iniciación musical de 60 minutos cada una . Para los alumnos de 3 años las clases son de 45 minutos.

Los alumnos admitidos en **Iniciación musical III** tendrán dos clases semanales de iniciación musical de 60 minutos cada una y una clase de coro de 60 minutos.

Los alumnos admitidos en **Ciclo elemental** tendrán cuatro 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

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: del 5 al 22 de septiembre de 10.00 a 13.30 horas , del 16 al 22 en horario de también de tardes. Por email al correo: demusic1@yahoo.es

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

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
	INFANTIL 2 Y 3	3º PRIMARIA	INFANTIL 2 Y 3	3º PRIMARIA
	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN
18:00-19:00	5º Y 6º PRIMARIA	CONVERSACIÓN	5º Y 6º PRIMARIA	CONVERSACIÓN
	BACHILLERATO	4º PRIMARIA	BACHILLERATO	4º PRIMARIA
	ESO 1/ ESO 2	CONVERSACIÓN	ESO 1/ ESO 2	CONVERSACIÓN
19:00-20:00	CONVERSACIÓN CONVERSACIÓN	A1 CONVERSACIÓN	CONVERSACIÓN CONVERSACIÓN	A1 CONVERSACIÓN
20:00-21:00	A2-B1	CONVERSACIÓN	A2-B1	CONVERSACIÓN
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

ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES LECTIVAS ESCUELA MUNICIPAL DE IDIOMAS DE CABRERIZOS.

CURSO ESCOLAR 2022-2023

* El número máximo de alumnos por clase será de 12.
* Cada grupo tendrá asignada un aula permanente y un sitio asignado en su clase que deberá ser el mismo todos los días
* 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.
* No está permitido llevar juguetes u otros objetos personales que no sean los necesarios para el seguimiento de la clase.

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€

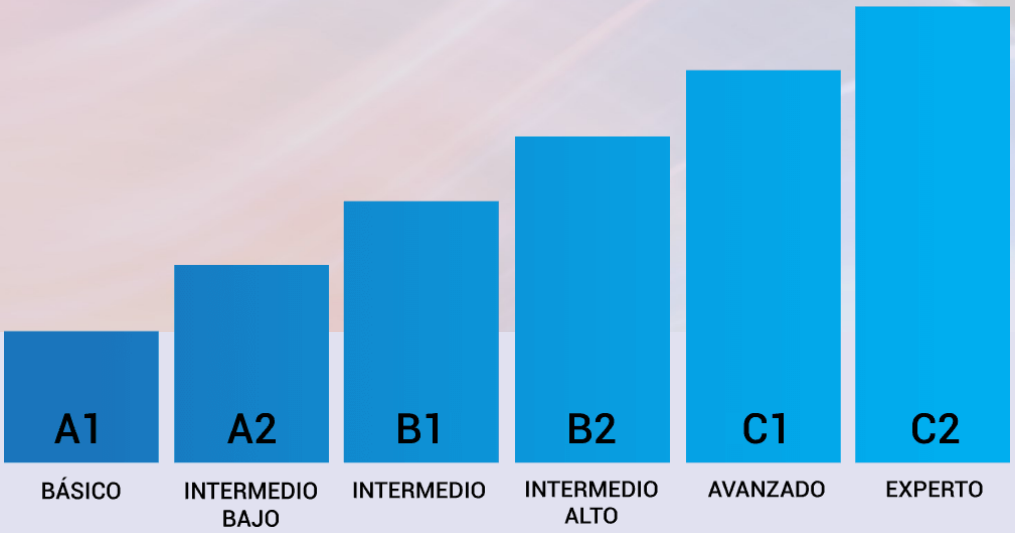
¿CÓMO INSCRIBIRSE?: rellenando el formulario de inscripción que puede recoger en el propio centro cultural o en la página web: www.ayto-cabrerizos.com y entregándolo en el Centro Cultural o enviándolo a :

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

**GRUPO DE ADULTOS	SABADOS DE 10:00 A 11:00
*PATINAJE INICIACIÓN: A PARTIR DE 4 AÑOS (NACIDOS 2018, 2º INFANTIL)	SABADOS DE 11:00 A 12:00
*PATINAJE AVANZADO DE 5 A 8 AÑOS, SABER PATINAR, FRENAR Y GIRAR	SABADOS DE 12:00 A 13:00
*PATINAJE AVANZADO A PARTIR DE 9 AÑOS, SABER PATINAR, FRENAR Y GIRAR	SABADOS DE 13:00 A 14:00
LUGAR DE REALIZACIÓN: INSTALACIONES DEL CRA LA FLECHA	

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

PRECIOS:

Grupo de adultos: 75€ /trimestre (10 plazas máximo), clases individualizadas y adaptadas al nivel de cada alumno.

Grupo de iniciación y avanzado: 60€ /cuatrimestre (15 plazas máximo)

Grupo juvenil: de 13 a 17 años, si hubiera interesados de estas edades se puede crear un grupo.

Las clases comienzan en octubre y terminan en junio. Se regirán 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

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES
17.30	**MODERNO** **9 A 11 AÑOS**		**MODERNO** **9 A 11 AÑOS**	
18.30	**ZUMBA MAMA NIÑAS**	**PILATES SUELO**	**ZUMBA MAMA NIÑAS**	**PILATES SUELO**
		INICIACIÓN A LA DANZA **3 A 5 AÑOS**		**INICIACIÓN A LA DANZA** **3 A 5 AÑOS**
19:30			**FUNKY + 14 AÑOS**	
	ZUMBA	**PILATES SUELO**	**ZUMBA**	**PILATES SUELO**

Danzabrerizos

MATRÍCULA: 10€ todos los participantes.

PRECIO MENSUAL POR ACTIVIDADES

FUNKY, MODERNO Y ZUMBA

2 DÍAS SEMANA EMPADRONADOS: 27 € 1 DÍA SEMANA EMPADRONADOS: 17 €

2 DÍAS SEMANA NO EMPADRONADOS: 37 € 1 DÍA SEMANA NO EMPADRONADOS: 27 €

PILATES SUELO

2 DÍAS SEMANA EMPADRONADOS: 35 € 1 DÍA SEMANA NO EMPADRONADOS: 25 €

2 DÍAS SEMANA NO EMPADRONADOS: 45 € 1 DÍA SEMANA NO EMPADRONADOS: 35 €

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

Para poder desarrollar las actividades se establece un mínimo de 8 participantes por grupo que se deberá mantener a lo largo del curso para seguir implementando la actividad.

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

HORARIOS de ENTRENAMIENTOS -- Temporada 2022-23

DÍA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	
16:00		ALEVIN 2 equipos		ALEVIN 2 equipos	Específicos de PORTEROS (grupo A)	Sesiones EXTRA de entrena-mientos de equipos
16:30 17:00	ESCUELA de Iniciación		ESCUELA de Iniciación			
17:30 18:00 18:30	BENJAMIN (2) / PREBenjamin (2)	ALEVINES (1) / INFANTIL (1)	BENJAMIN (2) / PREBenjamin (2)	ALEVINES (1) / INFANTIL (1)	Específicos de PORTEROS (grupo B)	
19:00 19:30 20:00	CADETE (2)	INFANTIL 2 equipos	CADETE (2)	INFANTIL 2 equipos	Específicos de PORTEROS (grupo C)	
20:30 21:00 21:30	JUVENIL (2)	JUVENIL (2)	AFICIONADO Liga Futormes 2 equipos	JUVENIL (2)		
22:00	*Final de las sesiones*					

TENIS

UNIÓN TENIS SALAMANCA

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 de 17:00 a a 20:00 h. y miércoles de 18.00 a 20.00 h.(2 horas a la semana)

Inscripción, tarifas y horarios: www.uniontenis.com

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.uniontenis.com

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	BENJAMIN	
17:15 / 18:30	ALEVÍN MASC.	ALEVIN FEM.	INFANTIL FEM.
18:30 / 19:45	CADETE MASC.	CADETE FEM.	INFANTIL MASC.
19:45 / 21:00	JUNIOR MASC.	JUNIOR FEM.	SENIOR

JUEVES

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

VIERNES

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

Lugar: Pabellón Municipal Vicente del Bosque

ESCUELAS DEPORTIVAS AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

ATLETISMO - TENIS DE MESA-JUDO

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 las 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 21:00h.

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 DŌRYŌKU

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 17:00h.A 18:00h.

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

CUOTAS: 88€ cuatrimestre.

(22€/mes)

Cada alumno tiene que pagar además una licencia federativa que tiene 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: Víctor Hernández, monitor 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 18:00 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

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 18.00 a 19.30 h.
LUGAR: Gimnasio C.R.A. La Flecha de Cabrerizos
CUOTA: 30€ / mes (pago trimestral)
ORGANIZA: Asociación Cultural "Bagua"
CONTACTO: asociacionbagua@gmail.com

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: Raquel Diez Sánchez, monitora de nivel y experta en actividades en el medio terrestre; escalada en roca y rocódromo.

ESCUELA DEPORTIVA BALONMANO 2022-2023

¿Qué te ofrecemos?

Actividad de iniciación y perfeccionamiento del balonmano.

Desde una base ilusionante, donde **la salud y la diversión** son las palabras clave. **Aprender jugando y jugar aprendiendo** es la filosofía de la Escuela de Balonmano. Lanzar, pasar, botar… pero sobre todo aprender a jugar en equipo, respetar al compañero, ganar y perder, llevar la iniciativa y desarrollarse como personas.

Actividad física deportiva, técnica, control,…….

Destinatarios: niñ@s de 2º a 6º Primaria

Horarios: 16:30h a 17:30h. Lunes y miércoles.

Lugar: Pabellón Municipal Vicente del Bosque/ C.R.A. La Flecha de Cabrerizos

Cuotas: octubre-enero (60,00€); febrero-junio (75,00€).

Nº de Cta. Bancaria: ES71 21034706 9000 3333 4498

Monitores deportivos/entrenadores titulados: Club balonmano Ciudad de Salamanca.

Otros: Equipación del club, seguro deportivo, partidos con otros equipos.

Correo electrónico club: balonmanobasesalamanca@gmail.com

TALLER DE DIBUJO, PINTURA Y RESTAURACIÓN

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 (destinado a material)

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 11.00a 13:00h.

Martes de 17:30 a 19:30h.

Miércoles de 17:45 a 19:45h.

LUGAR: Centro Cultural

MATRÍCULA Y PAGO:

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

CUOTA: 75€/ trimestre

PROFESORA: Mª Teresa González Pereira

ACTÍVATE +60 Y TALLER DE SCRAPBOOKING

¿Tienes más de 60 años o 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 17.00 a 18.00 y de 18.00 a 19.00 h.
Lugar: Centro Cultural
Cuota: Gratuita
Monitores: técnicos C.C.

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 C.C.

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 C.C.

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
Día: viernes
Horario: de 17.00 a 19.00 h.
Lugar: Centro Cultural Cabrerizos
Cuota: 30 € mes y materiales a cargo del participante.
Monitor: Carmen Alba Montero

"Escenarios de Cuento"

Escenarios de Cuento es un laboratorio de experimentación en el que los niños aprenden a hablar, a comunicarse y a expresarse a través de la voz y el cuerpo utilizando el cuento como herramienta principal de diversión y aprendizaje. Pretendemos crear un espacio desenfadado en el que los niños trasmitan su visión del libro y del cuento como un mundo de posibilidades lleno de fantasía e imaginación. Las sesiones serán llevadas a cabo por Noelia "Carioca".

Lugar: Biblioteca Municipal "Berta Pallares"
Día/Hora: Un viernes al mes a las 18:30 horas / 1 hora y 30 min. duración
Inscripción: Las plazas son limitadas y se adjudicarán por riguroso orden de inscripción que se llevará a cabo en la biblioteca. Actividad gratuita.
Destinatarios: niños/as de 7 a 11 años.

UN PUNTO DE CUENTO

De la mano de Unpuntocurioso, ponemos en funcionamiento de nuevo este programa de animación a la lectura dirigido a familias con niños de seis meses a tres años; se exploran las posibilidades de comunicación entre el niño y el adulto usando como herramientas los libros, el folclore popular, la música y otras sorpresas. En cada sesión 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.

Lugar: Biblioteca Municipal "Berta Pallares"
Día/Hora: Un viernes al mes a las 17:30 horas / 45 min. duración
Inscripción: Las plazas son limitadas y se adjudicarán por riguroso orden de inscripción que se llevará a cabo en la biblioteca. Actividad gratuita.
Destinatarios: familias con bebés de 6 meses a 3 años.

BIBLIOTECA PÚBLICA "BERTA PALLARES"

CABRERIZOS

PROGRAMACIÓN

CUENTACUENTOS Y BEBECUENTOS

OCTUBRE—DICIEMBRE

OCTUBRE

VIERNES 14 17:30 horas

Bebecuentos por Carioca

"La casita"

VIERNES 21 19:00 horas

Cuentacuentos por OrejaFrita

"Fábulas fabulosas"

NOVIEMBRE

VIERNES 11 17:30 horas

Bebecuentos por Katua Teatro

"Pequeñas historias para los más pequeños"

VIERNES 18 19:00 horas

Cuentacuentos por Alicia Cuenteando

"La estrambótica vuelta al mundo en 80 días"

DICIEMBRE

VIERNES 16 17:30 horas

Bebecuentos por María Riera

"El bosque"

VIERNES 16 19:00 horas

Cuentacuentos por María Riera

"El bosque"

*** Plazas limitadas. Inscripción previa desde el lunes anterior a cada sesión en la biblioteca.**

Bebecuentos: 6 meses a 3 años

Cuentacuentos: a partir de 4 años

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

JUGUETONES ANIMADOS Y TALLER DE ESCRITURA

Juguetones animados es un proyecto de ocio educativo dirigido a niños de 3 a 8 años. 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…

PEQUEANIMADOS DE 3 A 5 AÑOS SUPERANIMADOS DE 6 A 8 AÑOS.

HORARIO: viernes de 17.30 a 19:00 h.

NÚMERO MÁXIMO DE PARTICIPANTES: 10 niños por aula y monitor, sin 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 3 de octubre al 31 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 pago con tarjeta en el Centro Cultural (biblioteca). Al realizar la inscripción se realizará el pago y así sucesivamente en los siguientes trimestres.

EL VIAJE DEL CREADOR EN 12 PASOS

Generalmente pensamos que escribir un relato corto conlleva un menor esfuerzo porque contiene menos palabras. Sin embargo, tener la idea principal no suele ser suficiente. Gracias a este taller de iniciación a la escritura de relatos cortos, dirigido a aquellas personas que tengan inquietud por el proceso de la creación narrativa a través de la escritura, se introducirá al alumno/a tanto en los conceptos como en las técnicas básicos de la narración breve (cuentos, microrrelatos...) con el objetivo de que pueda escribir sus propias composiciones y aprenda a analizar las de otros.
Impartido por Fº Javier Martín Prieto, escritor local y docente.

Lugar: Biblioteca Municipal "Berta Pallares" / Aula Informática
Día/Hora: 3er lunes de mes a las 18:00 horas / 1 hora y 30 min. duración
Inscripción: Las plazas son limitadas y se adjudicarán por riguroso orden de inscripción que se llevará a cabo en la biblioteca. Actividad gratuita.

CABRERIZOS, ACÉRCATE PARA SENTIRLO

Siéntelo tuyo, siéntelo cerca

Todas nuestras actividades son gratuitas.
Inscripciones en el blog: acercateparasentirlocabrerizos.blogspot.com

HORARIO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00/17:00	**"ESCULTURAS DE PAPEL MACHÉ"** Haremos que los materiales reciclados cobren vida y aprenderemos las técnicas elementales para crear esculturas en papel. **Destinatarios:** Niños/as a partir de 8 años. **Lugar:** Aula de pintura del Centro Cultural.	**"TALLER ESTIMULACIÓN DE LA CREATIVIDAD"** Talleres donde se fomentará la creatividad a través de distintas técnicas como el esgrafiado, puntillismo, mosaico, acuarelas y muchas más. **Destinatarios:** niños/as a partir de 8 años. **Lugar:** Escuela de Idiomas.	**"JUEGOS PREDEPORTIVOS"** Apostamos por una actividad física donde se mezcla el juego y el deporte (softball, frisbee, diábolos, big-ball, etc.) **Destinatarios:** niños/as a partir de 6 años. **Lugar:** Gimnasio C.R.A. La Flecha.	**"TALLER DE MODELADO DE ARCILLA"** Potenciamos la creatividad e imaginación trabajando la motricidad fina con arcilla de secado al aire. **Destinatarios:** niños/as a partir de 8 años. **Lugar:** Escuela de Idiomas. ****El material deberá ser aportado por los participantes.***	**"DIVIÉRTETE LOS VIERNES"** Cada viernes vivirás experiencias únicas a través de Scapes Room, Cluedos, Among Us, Juegos en Vivo y actividades creativas super originales. Os iremos informando a través de nuestro blog y redes sociales para poder participar en ellas. ¡No te las pierdas! **Destinatarios:** niños/as a partir de 9 años. **Lugar:** Escuela de Idiomas.
17:00/18:00					
18:00/19:00	**"TALLERES TEMÁTICOS"** Cada mes realizaremos un taller especializado donde el arte será nuestro medio de expresión y donde dejaremos volar nuestra imaginación y emociones (mes del teatro, sentidos, solidaridad, etc.). **Destinatarios:** Niños/as a partir de 8 años. **Lugar:** Escuela de Idiomas.	**"TALLER CREATIVO DE EDUCACIÓN MEDIOAMBIENTAL"** Buscamos la sensibilización ambiental de los niños y niñas mediante actividades que les resulten atractivas (cajas nidos, estación meteorológica, herbarios, etc.). **Destinatarios:** Niños/as a partir de 8 años. **Lugar:** Escuela de Idiomas.		**"HUERTO URBANO"** Los niños y niñas vivirán una gran experiencia creando su propio huerto urbano (junto a la piscina municipal) y se realizarán actividades para fomentar la sostenibilidad y el cuidado del medio ambiente. **Destinatarios:** Niños/as a partir de 6 años. **Lugar:** Escuela de Idiomas.	

CABRERIZOS EN RUTA

CABRERIZOS EN RUTA

FUNDACIÓN LAS EDADES DEL HOMBRE

XXVI EDICIÓN

#Transitus2022

12 octubre

*Visita guiada exposición "LAS EDADES DEL HOMBRE" (Catedral de Santa María. Plasencia).

* Ruta cultural Plasencia (Parque de los pinos, casco antiguo, etc).

CUOTA: 10€ (autobús+entrada)

Salida desde el Centro de Salud. 08:30h

Comida: reserva opcional

Inscripciones: Centro Cultural hasta el 30 septiembre

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

SENDERO DE LOS MOLINOS Y CUEVA DE LA REINA MORA PCR-SA 31

NAVARREDONDA DE LA RDA [SALAMANCA]

domingo 6 noviembre

Los molinos y las fuentes

La cueva de la Reina Mora

Quilamas, hornos de cal

CUOTA: 8€ (autobús+seguro+guía)

menores de 12 años acompañados de adulto: 5€

Salida desde el Centro de Salud. 09:00h

Comida: bocadillo o reserva opcional

Inscripciones: Centro Cultural, hasta el 31 octubre

Dificultad media

(Aprox. 8 kms ida y vuelta)

Cuaderno de campo para los < 12 años

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

HORARIOS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO

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

Aulas municipales, Calle Atalaya, s/n

Lunes a Jueves

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.

Cabrerizos Ayuntamiento

Reserva Pistas de pádel

Las reservas y el pago 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

Bibiblioteca Pública Berta Pallares

cabrerizosespaciojoven

CABRERIZOS EDUCA

CURSO 2022-2023

¡bienvenidos a un curso más!

ACTIVIDADES

- MEDIO AMBIENTE
- DEPORTES
- EXPOSICIONES
- TRADICIONES POPULARES
- IGUALDAD Y SOLIDARIDAD
- TEATRO Y MÚSICA
- INSTALACIONES MUNICIPALES
- VISITAS DE INTERÉS
- ANIMACIÓN A LA LECTURA
- EDUCACIÓN PARA LA SALUD
- OTRAS....

AYUNTAMIENTO DE CABRERIZOS

Cabrerizos Educ@