

## CUERPO Y MENTE

### TAI-CHI Y CHI-KUNG (jóvenes y adultos)

"Arte de la energía", sistema de entrenamiento del cuerpo y la mente que combina la meditación y control de la respiración con ejercicios físicos.

Clases ON LINE o STREAMING

Horario: Chi-Kung/Tai-Chi Lunes de 19:30 a 21:00 h.  
Chi-Kung/Tai-Chi Miércoles de 12:30 a 14:00 h.

Precios: Empadronados: 28 €. No empadronados: 32 €

### **NUEVO** PILATES SUELO (jóvenes y adultos)

Curso apto para personas con y sin lesiones específicas, que quieran practicar el método pilates y así mejorar su forma física, mejorar y prevenir dolores de espalda, mejorar su silueta... Impartido por nuestra profesora titulada en Fisioterapia por la UCM y formada como instructora con Stott Pilates que adaptará cada ejercicio de forma individualizada a cada alumno.

Clases ON LINE o STREAMING

Horario: Lunes y Miércoles de 10:00 a 11:00 h.

Precios: Empadronados: 28€. No empadronados: 32 €

### YOGA (jóvenes y adultos)

Método o proceso de toma de conciencia por el individuo, de los tres niveles que constituyen la naturaleza: nivel físico, mental y espiritual. Es la unión de uno mismo y es también la unión con el cosmos, con la energía universal.

Clases ON LINE o STREAMING

Horario: Martes y Viernes de 09:30 a 11:00 h.  
Martes y Jueves de 19:30 a 21:00 h.

Precios: Empadronados: 33 €. No empadronados: 44 €

### YOGA FÁCIL (Mayores de 65 años o con poca flexibilidad)

Curso enfocado a desarrollar las técnicas de Yoga de una forma sencilla, con ejercicios físicos y técnicas respiratorias suaves que nos ayudaran a tener más movilidad articular, más flexibilidad, a mejorar la circulación, aumentar la memoria y la concentración, y también a vivir de una forma más positiva y relajada

Horario: Martes y Viernes de 11:30 a 12:30 h.

Precio: Empadronados 28 €. No empadronados: 32€

### YOGA PARA NIÑOS de 6 a 18 años

A través de juegos y dinámica de grupo, aprenderemos las herramientas del Yoga de una forma fácil y divertida. Aprenderemos a respirar mejor, a relajarnos, a tomar conciencia de nuestro cuerpo, de nuestras emociones, y a conocer la dinámica de nuestros pensamientos.

Clases ON LINE o STREAMING

Horario:

Grupo I y II 6 a 12 años Martes de 17:30 a 18:30 h.  
Grupo III 13 años en adelante Martes 18:30 a 19.30 h.

Precio: Empadronados 21€. No empadronados 24€

## LAS CLASES PODRÁN SER ON LINE, SEMIPRESENCIALES Y PRESENCIALES

**NUEVO**

\* Confirmar disponibilidad on line

MATRÍCULA ÚNICA 35€

Los horarios son orientativos, están sujetos a posibles cambios por necesidades del grupo, (mínimo 8 alumnos) o nivel.

DESCUENTOS:  
(se requiere acreditar documentación)

10%: por familia numerosa.

10%: mayores de 65 años.

10%: personas con discapacidad superior al 33%.

Los descuentos no serán acumulables.

Los alumnos que causen bajas esporádicas deberán abonar 18€/mes como reserva de plaza.

### INFORMACIÓN

Casa de Cultura "Giralte Laporta"  
C/La Paz s/n Valdemorillo . Madrid

<https://www.profesores-por-el-arte.profesoresporelarte@gmail.com>

Atención al público- Telf. 691 74 55 67

[www.aytovaldemorillo.org](http://www.aytovaldemorillo.org)

FACEBOOK CASA DE CULTURA VALDEMORILLO



Ayuntamiento de Valdemorillo  
Concejalía de Educación y Cultura



# EMMDEA

## Actividades

# ENSEÑANZAS ARTÍSTICAS

## Y CUERPO-MENTE

# 2020

# ENSEÑANZAS ARTÍSTICAS

## DIBUJO Y PINTURA (a partir de 14 años)

Diseñado para todo aquel que quiera introducirse en el mundo del dibujo, la pintura, el graffito, lápiz conté, acuarela, óleo y pastel. Técnicas renovadas, según el nivel e inquietudes del alumno. Estudiaremos obras de arte y haremos alguna salida conjunta a museos, exposiciones o ferias, concursos y exposiciones propias.  
[Clase ON LINE o STREAMING](#)

Horarios:

Taller de dibujo y pintura:  
Martes y Jueves de 10:00 a 12:00 h.

Curso de dibujo y pintura:  
Martes y Jueves de 12:00 a 14:00 h.  
Martes y Jueves de 19:00 a 21:00 h.

## CURSO DE ACUARELA (Para todas las edades)

Es una clase abierta a todos los niveles, incluso si no has tocado nunca un pincel; aprenderemos a disfrutar de esta técnica tan bonita y apasionante, desarrollando nuestro manejo del color y las formas. Experimentaremos las distintas maneras de plasmar un motivo según lo que queramos transmitir al espectador. Durante el buen tiempo y si así lo decimos, podemos hacer alguna "escapadita" por los alrededores, donde hay preciosos motivos para pintar. Es lo bueno de la acuarela, con ella se llega fácilmente a cualquier lado.

[Clases ON LINE o STREAMING](#)

Horario: Lunes de 11:00 a 14:00 h.  
Lunes de 16:30 a 19:30 h.

Precios: Empadronados: 38 €. No empadronados: 48 €

## ARTES PLÁSTICAS PARA NIÑOS (a partir de 4 años)

Para desarrollar la creatividad y el conocimiento de uno mismo mediante las distintas técnicas artísticas, adaptando los trabajos de forma personalizada a cada niño con propuestas creativas e interpretativas, potenciando su expresividad y creatividad.

[Clases ON LINE o STREAMING](#)

Horarios:

Creatividad Nivel I: Martes y Jueves de 17:00 a 18:00 h.

Creatividad Nivel II: Martes y Jueves de 18:00 a 19:00 h.

Precio: Empadronados: 28 €. No empadronados: 35 €

## PAPEL

### Art-Diseño Studio Para Niños Sentir y descubrir los principios de la creatividad

#### DIBUJO-ESCULTURA-MÉCANICA

El Programa Art Diseño es un sistema artístico y pedagógico que educa y desarrolla diversas habilidades, despierta la fuerza creativa y la capacidad artística:

Estimula la imaginación, desarrolla la atención y la concentración, mejora la psicomotricidad fina, desarrolla el pensamiento lógico, matemático y los principios de construcción y mecánica.

Trabajaremos diseño, gráfica, volumen, proporciones y color para construir objetos, juguetes y teatro de sombras.

[Clases ON LINE o STREAMING](#)

Horario:

Viernes de 17:30 h. a 18:30 h. Todas las edades

Precio: Empadronados 21 €. No empadronados 25 €.

## MAGIA (jóvenes y adultos)

Estamos organizando talleres mágicos para niños de 9 a 99 años. Tenemos sitio para todos. Para los que quieran aprender, jugar, divertirse, reír, imaginar, soñar, inventar... Para los curiosos, los escépticos. Para los que quieran aprender una maravillosa afición y asombrar a sus amigos. Para los que quieran amenizar las reuniones familiares. Para los que busquen superar sus límites.....Bienvenidos al maravilloso mundo de la magia!!!

Horario: Jueves de 19:30 a 20:30 h.

Precio: Empadronados: 23€. No empadronados: 26 €

## ENCUADERNACIÓN (jóvenes y adultos)

Acción de coser o pegar varios pliegos o cuadernos y ponerles cubiertas, ofreciendo al libro tres ventajas: conservación, fácil manejo y presentación artística.

Horario: Miércoles de 10:00 a 13:00 h. (Biblioteca)

Martes de 17:00 a 20:00 h.

Precios: Empadronados: 38 €. No empadronados: 48 €

## TALLER DE SUMI-É (adultos)

Dibujo en tinta china de la escuela de pintura japonesa, influenciado por la caligrafía (escritura hermosa). La técnica del sumi-é favorece la relajación, ayuda al alumno a hacer un trazo firme, seguro y con confianza.

[Clases ON LINE o STREAMING](#)

Horario: Miércoles de 17:00 a 19:00 h.  
Viernes de 10:00 a 12:00 h.

Precios: Empadronados: 38 €. No empadronados: 48 €

## NUEVO TALLER DE CALIGRAFÍA ARTÍSTICA (adultos)

Desarrollo de habilidades para la concentración.

Uso del manejo de materiales tradicionales y nuevos para la práctica de la caligrafía artística.

Tipos de letra clásicos y contemporáneos.

"Ven a conseguir unas letras preciosas, para hacer tarjetas, carteles, desarrollar tu imagen de marca, hacer felicitaciones de navidad, y demás proyectos personales guiados."

[Clases ON LINE o STREAMING](#)

Horario: Miércoles de 17:00 a 19:00

Precios: Empadronados: 38 €. No empadronados: 48 €

## TALLER DE ARREGLOS DE COSTURA (adultos)

En este taller aprenderás a realizar los arreglos de ropa más frecuentes, a manejar la máquina de coser y a confeccionar la ropa de hogar. Saber coser te permitirá ahorrar mucho dinero divirtiéndote.

Horario: Viernes de 17:00 a 18:30 h.

Precio: Empadronados: 27 €. No empadronados: 33 €

## CORTE Y CONFECCIÓN (adultos)

Aprende a crear tus propios patrones y a confeccionar cualquier prenda de vestir. Diseña tu propia vestuario.

Horario: Viernes de 18:30 a 20:00 h.

Precio: Empadronados 27 €. No empadronados: 33 €.