



# DESCRIPCIÓN DE LOS TALLERES Y ACTIVIDADES CULTURALES DE TRES CANTOS

## 2025 / 2026



# ÁREA DE ARTES PLÁSTICAS Y MANUALIDADES

## ACUARELA

Taller práctico de iniciación y perfeccionamiento en acuarela. Se trabajan técnicas de composición, color y transparencia, desde los fundamentos hasta estilos más creativos. Ideal para quienes quieren desarrollar su expresión artística.

## PINTURA

Desarrolla tu capacidad artística con técnicas como óleo y acrílico. Aprenderás teoría del color, luz y composición sobre distintos soportes (papel, lienzo, tabla). Adaptado a todos los niveles.

## DIBUJO

En estos talleres se busca desarrollar la capacidad de observación, análisis y reflexión sobre la realidad a través del dibujo. El taller se adapta al nivel de cada alumno y busca mejorar la representación de objetos, figuras y escenas. Fomenta creatividad y sensibilidad artística.

## DIBUJO Y ACUARELA

Combinación ideal para aprender dibujo y aplicarlo a la acuarela. Se trabajan técnicas básicas y avanzadas para crear composiciones con forma y color. Perfecto para quienes disfrutan ambas disciplinas.

## ENCUADERNACIÓN

Taller de encuadernación artesanal donde aprenderás técnicas básicas para crear tus propios cuadernos, libretas o álbumes. Se trabaja con materiales simples y se fomenta la creatividad manual.

## DIBUJO Y PINTURA CON CREATIVIDAD (NIÑOS DE 8 A 11 AÑOS)

Taller infantil enfocado en el desarrollo artístico y la expresión libre. A través del dibujo y la pintura, los niños aprenden técnicas básicas mientras estimulan su imaginación y sensibilidad visual.

## DIBUJO Y PINTURA (ADOLESCENTES DE 12 A 16 AÑOS)

Dirigido a jóvenes que quieren profundizar en las artes visuales. Combina teoría y práctica para mejorar habilidades técnicas y potenciar la creatividad en un ambiente dinámico.

## GRABADO

Espacio creativo para aprender técnicas de grabado artístico sobre diferentes superficies. No se requiere experiencia. Ideal para explorar nuevas formas de expresión visual desde lo artesanal.

## CUERO

Aprende a trabajar el cuero desde cero: corte, repujado, costura y creación de objetos como bolsos, llaveros o complementos. Actividad artesanal, creativa y relajante.

## BOLILLOS

Descubre el arte del encaje de bolillos. Aprende a crear encajes decorativos siguiendo patrones. Mejora la concentración, la motricidad fina y fomenta la creatividad.

## TAPICES

Iníciate en la técnica del alto lizo para crear tapices y alfombras. Aprende tipos de tejidos y nudos decorativos desde cero. Apto para principiantes y personas con experiencia.



# ÁREA DE IDIOMAS

## INGLÉS (INICIAL, A1-A2)

Para personas con conocimientos muy básicos. Aprenderás a presentarte, hablar del tiempo o rutinas y entender frases cotidianas. Se trabaja vocabulario esencial y estructuras simples.

## INGLÉS (PREINTERMEDIO, A2-B1)

Podrás mantener conversaciones breves y expresar opiniones sencillas. Se introducen tiempos verbales como pasado y futuro, y se mejora la comprensión de textos y diálogos básicos.

## INGLÉS (MEDIO, B1)

Mejora tu fluidez para hablar de temas generales. Se afianzan estructuras como presente perfecto, condicionales y voz pasiva. Se entiende el contenido de programas y conversaciones estándar.

## INGLÉS (MEDIO-AVANZADO, B2)

Domina estructuras gramaticales avanzadas y participa en debates. Se mejora la comprensión de textos complejos, grabaciones y expresiones idiomáticas. Ideal para trabajo o estudio en inglés.

## INGLÉS (AVANZADO, C1)

Permite entender textos complejos, ironías o referencias culturales. Expresión fluida y precisa en cualquier contexto. Se trabaja con grabaciones, debates y situaciones reales.

## INGLÉS CONVERSACIÓN

Clases dinámicas centradas en la expresión oral. A través de canciones, noticias y diálogos, ganarás fluidez y confianza. Enfocado en temas reales y vocabulario útil para viajes o el día a día.

## ALEMÁN 0 (INICIAL-MEDIO, A1-A2)

Aprende alemán básico para comunicarte en el día a día y viajar. Utilizaremos la serie Nicos Weg, canciones y juegos para facilitar el aprendizaje. Refuerza vocabulario y gramática de forma amena y sencilla. Clases adaptadas a tu ritmo en un ambiente relajado y motivador. Amplía tus horizontes con un idioma nuevo y útil.

## ALEMÁN 1 (MEDIO-AVANZADO, B1-B2)

Perfecciona tu alemán mejorando la comprensión y expresión oral y escrita. Trabajaremos con vídeos, debates y ejercicios prácticos para ganar fluidez. Fortalece tus habilidades lingüísticas para usar el idioma con seguridad. Clases amenas y personalizadas para avanzar paso a paso. Disfruta aprendiendo y conecta con la cultura alemana.

## FRANCÉS 0 (INICIAL, A1)

Aprende las bases del francés para comunicarte en la vida diaria. Se trabaja vocabulario esencial, gramática y situaciones comunes como presentaciones, compras y preguntas básicas.

## FRANCÉS 1 (INTERMEDIO, A1-A2)

Refuerza lo aprendido y amplía tu vocabulario. Mejora tu capacidad para mantener conversaciones, leer textos y comprender grabaciones sencillas. Ideal para quienes ya tienen bases.

## FRANCÉS 2 (MEDIO, A2)

Alcanza una mayor soltura oral y escrita. Aprenderás a expresarte en distintos contextos y a comprender textos más complejos, tanto personales como profesionales.

## FRANCÉS 3 (AVANZADO, B1-B2)

Nivel avanzado enfocado en la fluidez y precisión. Se usan materiales auténticos para trabajar la comprensión lectora, auditiva y el uso correcto del lenguaje.

## ITALIANO 0 (INICIAL)

Curso con enfoque comunicativo. Aprenderás vocabulario y estructuras básicas para desenvolverte en situaciones cotidianas. Clases participativas con ejercicios de escucha, lectura y conversación.

## ITALIANO 1 (PREINTERMEDIO)

Dirigido a quienes ya conocen lo básico. Se perfeccionan habilidades gramaticales y de comprensión para poder hablar de planes, experiencias y resolver situaciones reales.

## ITALIANO 2 (MEDIO)

Consolida tus conocimientos y adquiere autonomía en el idioma. Se trabaja con materiales reales y se redactan textos simples. Enfocado en conversación fluida y comprensión escrita.

### ITALIANO CONVERSACIÓN

Clases dinámicas para practicar el idioma sin miedo a equivocarse. Se conversa sobre temas actuales, cultura, cine, música y literatura. Se usan textos, vídeos y audios reales.

### ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS (INICIAL)

Curso para personas que empiezan desde cero. Aprenderás vocabulario básico, frases útiles, y a desenvolverte en situaciones simples. Ideal para la vida diaria en España.

*This course is made for people who start from the beginner. They will learn basic vocabulary, useful phrases and idioms, and they will be capable of facing in simple situations. This is ideal for the Spanish life.*

### ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS (MEDIO)

Mejora tu capacidad para hablar, entender y escribir en español. Se profundiza en la gramática y se trabaja con textos, audios y actividades prácticas para desenvolverse con confianza.

*Get better your abilities of speaking, understanding and writing in spanish! They will go in deep in the spanish grammar and they will work with texts, listening, recording and practical activities to improve their confidence.*



## ÁREA DE TEÓRICAS

### HISTORIA UNIVERSAL

Aborda la evolución de las sociedades humanas desde los orígenes hasta el año 1500. Enfoque general y comprensivo, con clases magistrales, documentales y actividades participativas.

### HISTORIA DEL ARTE

Explora la evolución del arte (pintura, escultura, arquitectura, música...) en las principales culturas del mundo. Clases con imágenes, vídeos y diálogo con el alumnado.

### HISTORIA DE ESPAÑA

Un recorrido por la historia de la Península Ibérica, desde la Prehistoria hasta la actualidad. Se analizan aspectos políticos, sociales, económicos y culturales. Clases con participación y apoyo audiovisual.

### HISTORIA MODERNA Y CONTEMPORÁNEA

Estudio profundo del desarrollo de las sociedades occidentales desde el siglo XVI hasta la actualidad. Se analizan factores políticos, sociales, económicos e ideológicos con un enfoque crítico.

### ARQUEOLOGÍA

Introducción a la práctica arqueológica y estudio de las sociedades antiguas. Especial atención a la Península Ibérica. Se reflexiona sobre la conservación del patrimonio y su valor cultural.

### ASTRONOMÍA

Taller teórico sobre la ciencia astronómica: historia, leyes físicas, Sistema Solar, estrellas y cosmología. También se introduce la observación astronómica básica.

### HISTORIA DE LAS RELIGIONES Y MITOLOGÍA

Estudio histórico y simbólico de religiones y mitos de distintas culturas. Se analizan leyendas en su contexto y con documentación textual, visual y sonora. No es un curso de religión.

### HISTORIA DEL CRIMEN

Estudia la evolución del crimen y la criminalidad desde sus orígenes hasta hoy. Se analizan perfiles criminales, teorías criminológicas y casos históricos. Comparativa España-Inglaterra.

### ESCRITURA CREATIVA 1

Taller centrado en dar los primeros pasos a los futuros escritores a escribir una novela o un relato largo. Es un taller donde se repasará los aspectos de la gramática enfocada en la escritura y la introducción a la novela. Es un taller en el que trabajará la lectura en voz alta de nuestros relatos para perder la vergüenza. Se aconseja a los futuros escritores traer un portátil.

### ESCRITURA CREATIVA 2

Taller centrado en la revisión de nuestras novelas o relatos largos. Tras haber superado la primera parte, en esta, nos enfrentamos a nuestra novela; aprenderemos técnicas de corrección y de preparado pre editorial. Se explicará todas las pautas a seguir antes de que nuestro borrador esté terminado. Aunque no se trabajen muchos relatos, nuestro principal cometido es trabajar en una novela o relato ya escrito.

### TÉCNICAS IMAGINATIVAS

Este taller se centra en dos aspectos de la mente: imaginación, memoria y orar en público. En este, los alumnos aprenderán ejercicios para estimular la mente y se centrará en el desarrollo de la imaginación para apoyar la parte artística de los alumnos, como en la parte de memoria, donde aprenderán mecanismos para retener más información.

### CLUB DE LECTURA

Taller enfocado en la lectura activa y vivaz de las novelas. No es sólo un grupo de crítica literaria; sino que se enseñará métodos y ejercicios de lectura y comprensión lectora. Se leerán diversas novelas a lo largo del curso, coincidiendo con una novela trimestral a gusto del estudiante. Se leerán todos los tipos de novelas y los estilos históricos de ellas, para que el lector coja fluidez en la lectura activa.

### CATA DE VINOS

Curso práctico de carta de vinos diseñado para todos los niveles. Aprende a identificar, seleccionar y maridar vinos, disfrutando de una experiencia accesible y enriquecedora, sin importar tu conocimiento previo.

### CONOCER MADRID

Explora Madrid de manera única combinando visitas a museos, exposiciones y rincones emblemáticos. Acompañado de una guía experta, recorre sus calles mientras descubres la historia y secretos que hacen única a la ciudad.

### COCINA PRÁCTICA

Al inicio de la clase se explican las 3 recetas que se van a elaborar, normalmente serán un primero un segundo y un postre. Se detallan los pasos a seguir, las elaboraciones e ingredientes que se vayan a utilizar, seguidamente los alumnos en común empiezan a elaborar las recetas con la supervisión del profesor.



# ÁREA DE INFORMÁTICA

## FOTOGRAFÍA INICIAL

Iniciación a la fotografía de una manera dinámica y sencilla. Comenzaremos a conocer nuestra cámara y comenzaremos gradualmente a hacer fotos en modo manual.

## FOTOGRAFÍA MEDIO

En este curso el alumno ya conoce y domina el modo de disparo manual, así que exploraremos y profundizaremos en diferentes técnicas fotográficas.

## FOTOGRAFÍA AVANZADA

Un curso centrado más en el uso exclusivo de la cámara, en el cual aprenderemos a dominar la luz artificial y natural, en exteriores e interiores. El alumno potenciará su creatividad y su técnica fotográfica usando diferentes esquemas de iluminación.

## INFORMÁTICA PRÁCTICA BÁSICA

Aprenderás a manejar el ordenador y el sistema Windows con sencillez. Usaremos Office completo (Word, Excel, PowerPoint) y correo electrónico para tareas útiles. Gestionarás archivos, pendrives y almacenamiento en la nube con seguridad. Descubrirás aplicaciones multimedia y navegarás de forma segura. Tecnología práctica para mejorar tu día a día y mantenerte conectado.

## INFORMÁTICA AVANZADA

Curso para una configuración más avanzada, uso de Inteligencia Artificial, pasar datos de un correo a otro, controlar la cronología y el historial de ubicaciones, realizar una limpieza profunda, unidades de almacenamiento, uso de Canva, ajustes más avanzados, comandos específicos y teclas de función, herramientas concretas de ofimática, correos electrónicos automatizados, arquitectura informática, y mucho más que les ayude a sentirse totalmente libres con estos. Herramientas: ChatGPT (y muchas empresas más), Gmail, Office, Canva, Google Maps, Ajustes específicos (del dispositivo y de las distintas aplicaciones), Arquitectura Informática...

## SMARTPHONES Y ALFABETIZACIÓN DIGITAL

Domina el manejo básico de tu teléfono móvil Android, desde llamadas hasta mensajes. Aprenderás a usar WhatsApp, redes sociales y gestionar fotos y videos. Realizarás copias de seguridad y protegerás tu dispositivo. Comunícate fácilmente con familiares y amigos sin complicaciones. Aprovecha tu smartphone para facilitar tu vida diaria.

Combina conocimientos de ordenador y móvil para mejorar tus competencias

digitales. Aprenderás a usar aplicaciones de Google, redes sociales y multimedia. Realizarás trámites online, compras seguras y gestión de citas médicas. Curso práctico para aumentar tu autonomía y confianza tecnológica. Usa la tecnología para simplificar tu día a día.

## PHOTOSHOP BÁSICO

Me centraría en la comprensión de la composición del programa, conocimiento de las herramientas, concepto de capas; y en el uso y confianza hacia herramientas como aprender a seleccionar, uso de la máscara, ajustes y filtros destructivos y no destructivos, eliminar fondo.

Herramienta: Adobe Photoshop (composición y herramientas)

## PHOTOSHOP AVANZADO

Me centraría en una aplicación mucho más precisa de las herramientas, además de la combinación de elementos ilustrativos y movimiento, como el uso de la pluma, texto creativo, o la línea del tiempo. Además de crear montajes surrealistas y muy llamativos como desintegraciones.

Herramienta: Adobe Photoshop (pluma, texto creativo, y línea del tiempo)

## FUNDAMENTOS DEL DISEÑO GRÁFICO

Tanto temario como la aplicación de los distintos elementos para crear composiciones publicitarias o decorativas para celebraciones o decoración del hogar, además de ilustraciones.

Herramientas: Diseño Gráfico, Paquete Adobe (Illustrator, InDesign)

## REDES SOCIALES

Uso de cada una de las más utilizadas hoy día, y actualización diaria de las tendencias y cambios que se vayan produciendo. Aprender a crear y utilizar cuentas dirigidas a negocios, y estrategias para promocionar, consolidar clientes y llamar la atención a otros nuevos.

Herramientas: Facebook, X (Twitter), Instagram, TikTok, YouTube

## DISEÑO WEB Y WORDPRESS

Lenguajes de programación de código HTML y CSS desde cero. Todos los desarrollos de nuestros Sitios Web serían absolutamente personalizados y sin límites. Por otra parte, se utilizarán plataformas como Wordpress.

Herramientas: Adobe Dreamweaver (o similar), HTML, CSS, Wordpress



# ÁREA DE EXPRESIÓN CORPORAL

## FPILFUSION

Es una fusión de Pilates y gimnasia orientada al bienestar físico. Se trabajan ejercicios suaves y controlados que mejoran la postura, la flexibilidad y la fuerza. Ideal para mantener un cuerpo sano y prevenir molestias musculares.

## TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

Curso de técnicas de relajación que combina lo mejor del yoga, los estiramientos y la gimnasia suave. A través de ejercicios físicos accesibles, se busca reducir el estrés, mejorar la respiración y liberar tensiones. Ideal para conectar cuerpo y mente y ganar bienestar.

## GIMNASIA PARA LA SALUD

Esta disciplina o modalidad de entrenamiento se fundamenta en la realización de ejercicios físicos que doten a los participantes o alumnos conocimientos indispensables para evitar, mejorar o prevenir dolencias derivadas de los malos hábitos posturales además de mejorar las cualidades físicas básicas (Resistencia, Fuerza, Velocidad y Flexibilidad), mejorar las habilidades y destrezas motrices básicas (Ritmo, Coordinación y Equilibrio), mejorar la elasticidad muscular, la flexibilidad articular y recuperar, aumentar y mejorar tanto el sistema cardiovascular como el respiratorio.

## STRECHING

Curso de stretching centrado en mejorar la flexibilidad, la movilidad y la postura mediante estiramientos suaves y progresivos. Ideal para prevenir lesiones, aliviar tensiones musculares y favorecer el bienestar corporal. Apto para todos los niveles.

## G.A.P.

(Glúteos, Abdominales y Piernas) enfocado en tonificar y fortalecer estas zonas clave del cuerpo. Mediante ejercicios dinámicos y accesibles, mejora la resistencia, la postura y la salud muscular. Apto para todos los niveles.

## PILATES

El curso está enfocado en mejorar la postura, la flexibilidad y la fuerza a través de movimientos controlados y conscientes. Ideal para fortalecer el cuerpo desde el centro, prevenir molestias y favorecer el bienestar general. Apto para todos los niveles.

## YOGA

Un yoga físico centrado en el trabajo corporal a través de posturas, estiramientos y control de la respiración. Mejora la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio, favoreciendo a la vez la concentración y el bienestar general. Apto para todos los niveles.

## YOGALATES

Yogalates es una combinación equilibrada de yoga y Pilates que trabaja cuerpo y mente de forma integral. Mejora la flexibilidad, la fuerza y el control postural mediante ejercicios conscientes y fluidos. Ideal para quienes buscan tonificar y relajarse al mismo tiempo.

## RITMOS LATINOS

Curso con tres niveles: intermedio, medio y avanzado. Orientado más a parejas, descubre y perfecciona estilos como salsa, bachata y merengue, mejorando ritmo, técnica y expresión corporal. Perfecto para quienes quieren bailar con energía y estilo.

## SEVILLANAS

Curso con dos niveles: inicial y avanzado. En el nivel inicial se aprenden los pasos básicos y el compás, mientras que en el avanzado se perfecciona la técnica, el estilo y la expresividad. Una forma divertida de bailar y conectar con la tradición.



ACTIVIDAD	DIAS	HORARIO DE CLASE	PRECIO TRIMESTRE
ACUARELA 0	L	10:00 - 13:00	87 €
ACUARELA 1	M	17:00 - 19:00	78 €
ACUARELA 2	M	19:00 - 21:00	78 €
ACUARELA 3	V	10:00 - 13:00	87 €
PINTURA 0	L	10:00 - 13:00	87 €
PINTURA 1	X	10:00 - 13:00	87 €
PINTURA 2	X	17:00 - 19:00	78 €
PINTURA 3	X	19:00 - 21:00	78 €
PINTURA 4	J	10:00 - 13:00	87 €
DIBUJO 0	M	10:00 - 12:00	78 €
DIBUJO 1	M	12:00 - 14:00	78 €
DIBUJO 2	J	17:00 - 19:00	78 €
DIBUJO 3	J	19:00 - 21:00	78 €
DIBUJO 4	V	11:00 - 13:00	78 €
DIBUJO Y ACUARELA	L	19:15 - 21:15	78 €
ENCUADERNACIÓN 1	L	10:00 - 13:00	87 €
ENCUADERNACIÓN 2	X	10:00 - 13:00	87 €
ENCUADERNACIÓN 3	V	17:00 - 20:00	87 €
DIBUJO Y PINTURA CON CREATIVIDAD (Niños de 8 a 11 años)	L	17:15 - 18:15	65 €
DIBUJO Y PINTURA (Adolescentes de 12 a 16 años)	L	18:15 - 19:15	65 €
GRABADO	M	17:00 - 20:00	87 €
CUERO	X	17:00 - 20:00	87 €
BOLILLOS	X	17:00 - 20:00	87 €
TAPICES	J	17:00 - 20:00	87 €

La cuota de matriculación es de 12 €. Los precios indicados corresponden a la cuota trimestral.

La numeración de los talleres es una forma de distinguir horarios, en ningún caso se refiere al nivel de dificultad de los mismos, para ello, vendrá entre paréntesis el nivel de dificultad de los talleres. Los precios tendrán un incremento del 25% para las personas no empadronadas en Tres Cantos.

ACTIVIDAD	DIAS	HORARIO DE CLASE	PRECIO TRIMESTRE
INGLÉS 0 - INICIAL	L - X	17:00 - 18:00	85 €
INGLÉS 1 - PREINTERMEDIO	L - X	18:00 - 19:00	85 €
INGLÉS 2 - MEDIO	L - X	19:00 - 20:00	85 €
INGLÉS 3 - AVANZADO	L - X	20:00 - 21:00	85 €
INGLÉS 4 - INICIAL +	M - J	17:00 - 18:00	85 €
INGLÉS 5 - PREINTERMEDIO +	M - J	18:00 - 19:00	85 €
INGLÉS 6 - MEDIO +	M - J	19:00 - 20:00	85 €
INGLÉS CONVERSACIÓN 3	M - J	20:00 - 21:00	85 €
INGLÉS 7 - PREINTERMEDIO	M	10:00 - 12:00	85 €
INGLÉS 8 - INICIAL	M	12:00 - 14:00	85 €
INGLÉS 9 - MEDIO/AVANZADO	J	12:00 - 14:00	85 €
INGLÉS 10 - AVANZADO	J	10:00 - 12:00	85 €
INGLÉS 11 - MEDIO	V	10:00 - 12:00	85 €
INGLÉS 12 - PREINTERMEDIO +	V	12:00 - 14:00	85 €
INGLÉS CONVERSACIÓN 1	V	10:00 - 12:00	85 €
INGLÉS CONVERSACIÓN 2	V	12:00 - 14:00	85 €
ALEMÁN 0 - INICIAL/MEDIO	J	10:00 - 12:00	85 €
ALEMÁN 1 - MEDIO/AVANZADO	J	12:00 - 14:00	85 €
FRANCÉS 0 - INICIAL	L - X	10:00 - 11:00	85 €
FRANCÉS 1 - INTERMEDIO	L - X	11:00 - 12:00	85 €
FRANCÉS 2 - MEDIO	L - X	12:00 - 13:00	85 €
FRANCÉS 3 - AVANZADO	L - X	13:00 - 14:00	85 €
ITALIANO 0 - INICIAL	M	17:00 - 19:00	85 €
ITALIANO 1 - PREINTERMEDIO	X	17:00 - 19:00	85 €
ITALIANO 2 - MEDIO	X	19:00 - 21:00	85 €
ITALIANO CONVERSACIÓN	M	19:00 - 21:00	85 €
ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS - INICIAL	V	17:00 - 19:00	85 €
ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS - MEDIO	V	19:00 - 21:00	85 €

La cuota de matriculación es de 12 €. Los precios indicados corresponden a la cuota trimestral. La numeración de los talleres es una forma de distinguir horarios, en ningún caso se refiere al nivel de dificultad de los mismos, para ello, vendrá entre paréntesis el nivel de dificultad de los talleres. Los precios tendrán un incremento del 25% para las personas no empadronadas en Tres Cantos.

ACTIVIDAD	DIAS	HORARIO DE CLASE	PRECIO TRIMESTRE
ESCRITURA CREATIVA - INICIAL	V	10:00 - 12:00	101 €
ESCRITURA CREATIVA - AVANZADO	V	12:00 - 14:00	101 €
TÉCNICAS IMAGINATIVAS	J	10:00 - 12:00	78 €
CLUB DE LECTURA	J	12:00 - 14:00	78 €
HISTORIA UNIVERSAL	L	17:30 - 19:30	78 €
HISTORIA DEL ARTE	L	19:30 - 21:30	78 €
ARQUEOLOGÍA	M	10:00 - 12:00	78 €
ASTRONOMÍA	M	12:00 - 14:00	78 €
HISTORIA DE ESPAÑA	M	17:30 - 19:30	78 €
HISTORIA MODERNA Y CONTEMPORÁNEA	M	19:30 - 21:30	78 €
HISTORIA DE LAS RELIGIONES Y LA MITOLOGÍA	X	10:00 - 12:00	78 €
HISTORIA DEL CRIMEN	X	12:00 - 14:00	78 €
CATA DE VINOS 1	L	17:30 - 19:30	95 €
CATA DE VINOS 2	L	19:30 - 21:30	95 €
CATA DE VINOS 3 - AVANZADO	X	18:30 - 20:30	95 €
CONOCER MADRID 1	M	11:00 - 13:00	80 €
CONOCER MADRID 2	X	11:00 - 13:00	80 €
CONOCER MADRID 3	J	11:00 - 13:00	80 €
CONOCER MADRID 4	V	11:00 - 13:00	80 €
CONOCER MADRID 5	M	11:00 - 13:00	80 €
COCINA 0	M	17:30 - 20:30	87 €
COCINA 1	J	10:00 - 13:00	87 €
COCINA 2	J	17:30 - 20:30	87 €
COCINA 3	X	10:00 - 13:00	87 €

La cuota de matriculación es de 12 €. Los precios indicados corresponden a la cuota trimestral.

La numeración de los talleres es una forma de distinguir horarios, en ningún caso se refiere al nivel de dificultad de los mismos, para ello, vendrá entre paréntesis el nivel de dificultad de los talleres. Los precios tendrán un incremento del 25% para las personas no empadronadas en Tres Cantos.

ACTIVIDAD	DIAS	HORARIO DE CLASE	PRECIO TRIMESTRE
PILFUSION	L - X	10:00 - 11:30	85 €
TECNICAS DE RELAJACIÓN	M - J	10:00 - 11:30	85 €
GIMNASIA PARA LA SALUD	L - X	11:30 - 13:00	85 €
MOVIMIENTOS PARA LA SALUD 1	L - X	17:00 - 18:00	77 €
MOVIMIENTOS PARA LA SALUD 2	M - J	13:00 - 14:00	77 €
STRETCHING 1	L - X	18:00 - 19:00	77 €
STRETCHING 2	L - X	13:00 - 14:00	77 €
G.A.P.	M - J	17:00 - 18:00	77 €
PILATES 0	M - J	18:00 - 19:00	77 €
PILATES 1	M - J	19:00 - 20:00	77 €
PILATES 2	M - J	20:00 - 21:00	77 €
PILATES 3	M - V	10:00 - 11:30	85 €
YOGA 0	M - J	11:30 - 13:00	85 €
YOGA 1	L - X	19:00 - 20:00	77 €
YOGA 2	L - X	20:00 - 21:00	77 €
YOGA 3	M - V	13:00 - 14:00	77 €
YOGILATES	M - V	11:30 - 13:00	85 €
RITMOS LATINOS - INTERMEDIO	M	17:00 - 18:15	65 €
RITMOS LATINOS - MEDIO	M	18:15 - 19:45	68 €
RITMOS LATINOS - AVANZADO	M	19:45 - 21:15	68 €
SEVILLANAS - INICIAL	V	18:00 - 19:30	68 €
SEVILLANAS - AVANZADO	V	19:30 - 21:00	68 €

La cuota de matriculación es de 12 €. Los precios indicados corresponden a la cuota trimestral.

La numeración de los talleres es una forma de distinguir horarios, en ningún caso se refiere al nivel de dificultad de los mismos, para ello, vendrá entre paréntesis el nivel de dificultad de los talleres. Los precios tendrán un incremento del 25% para las personas no empadronadas en Tres Cantos.

ACTIVIDAD	DÍAS	HORARIO DE CLASE	PRECIO TRIMESTRE
FOTOGRAFÍA DIGITAL 1 - <i>MEDIO</i>	M	10:15 - 12:15	88 €
FOTOGRAFÍA DIGITAL 2 - <i>INICIACIÓN</i>	M	12:15 - 14:15	88 €
FOTOGRAFÍA DIGITAL 3 - <i>MEDIO</i>	J	17:00 - 19:00	88 €
FOTOGRAFÍA DIGITAL 4 - <i>INICIACIÓN</i>	J	19:00 - 21:00	88 €
FOTOGRAFÍA DIGITAL 5 - <i>AVANZADO</i>	V	17:30 - 20:30	130 €
INFORMÁTICA BÁSICA	L	10:00 - 12:00	88 €
INFORMÁTICA AVANZADA	V	19:00 - 21:00	88 €
SMARTPHONES Y ALFABETIZACIÓN DIGITAL	L	12:00 - 14:00	88 €
DISEÑO WEB Y WORDPRESS	L	17:00 - 19:00	88 €
FUNDAMENTOS DEL DISEÑO GRÁFICO	L	19:00 - 21:00	88 €
PHOTOSHOP 1 - <i>AVANZADO</i>	X	10:00 - 12:00	88 €
PHOTOSHOP 0 - <i>INICIAL</i>	X	12:00 - 14:00	88 €
REDES SOCIALES	V	17:00 - 19:00	88 €

La cuota de matriculación es de 12 €. Los precios indicados corresponden a la cuota trimestral.

La numeración de los talleres es una forma de distinguir horarios, en ningún caso se refiere al nivel de dificultad de los mismos, para ello, vendrá entre paréntesis el nivel de dificultad de los talleres. Los precios tendrán un incremento del 25% para las personas no empadronadas en Tres Cantos.

# MIS ACTIVIDADES

(Utiliza estos cuadros para recordar tus horarios y actividades)

1

2

## ANOTACIONES