

CALENDARI LECTIU TALLERS CENTRE CÍVIC URGELL ●●

TARDOR ●● Setembre a desembre de 2019

Setembre							Octubre										
dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg	dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg				
						1		1	2	3	4	5	6				
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13				
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20				
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27				
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31							
30																	
Novembre							Desembre										
dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg	dll	dm	dc	dj	dv	ds	dg				
				1	2	3											1
4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8				
11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15				
18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22				
25	26	27	28	29	30		23	24	25	26	27	28	29				
							30	31									

Només els tallers d'11 sessions
DIES LECTIUS
Dies no lectius

Qualsevol sessió que quedi anul·lada serà recuperada, de manera que sempre fareu el número de sessions que heu pagat. Se us notificarà per correu electrònic tant l'anul·lació de la sessió, com el dia de recuperació.

Calendari dates trimestre de tardor

Tallers salut i creixement personal d'11 sessions:

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	30	7, 14, 21, 28	4, 11, 18, 25	2, 9	
Tallers dimarts		1, 8, 15, 22, 29	5, 12, 19, 26	3, 10	
Tallers dimecres		2, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4, 11	
Tallers dijous		3, 10, 17, 24, 31	7, 14, 21, 28	5, 12	
Tallers divendres	27	4, 11, 18, 25	8, 15, 22, 29	13, 20	1/11; 6/12

MARXA NÒRDICA
TXI KUNG
ACTIVA-MENT: EL CERVELL EN ACCIÓ! DII 17h
ACTIVA-MENT: EL CERVELL EN ACCIÓ! Dc 17h
GRUP DE DONES SÀVIES
EXERCICI SALUDABLE PER PERSONES AMB DOLOR
CORRECCIÓ POSTURAL DII.10h
CORRECCIÓ POSTURAL Dc. 12h
GIMNÀSTICA I BALL SUAUI
ESTIRAMENTS Dc. 10h
DANSA ACTIVA DII 12h
DANSA ACTIVA Dc 11h
IOGA SUAUI DII 10.30h
IOGA SUAUI Dm 10.30h
IOGA SUAUI Dc 10.30h
IOGA VINYASA DII 17h
IOGA VINYASA Dc 18.30h
IOGA HATHA Dm 18.30h
IOGA HATHA Dc 17h
IOGA HATHA Dj 18.30h
IOGA HATHA FLOW Dv 16h
ACRO-IOGA
IOGUILATES dc 20h
IOGUILATES dj 20h
HIPOPILATES dm 16h
HIPOPILATES dc 15h
HIPOPILATES dc 16h
HIPOPILATES dv 10.45h
HIPOPILATES SUAUI dv 12.15h
PILATES SUAUI Dm 11h
PILATES SUAUI Dj 11h
PILATES Dm 14h
PILATES Dm 20h
PILATES Dc 18.30h
PILATES MATT DII. 17h

PILATES MATT Dc 20h
ENFORTEIX EL TO MUSCULAR
CORE FIT
ZUMBA SUAU Dm 16h
ZUMBA SUAU Dj 16h
ZUMBA FITNESS dm 18.30h
STRONG ZUMBA dv 18.30h
BALLA I ACTIVA'T!
BALLET TRAINING

Tallers generals (10 sessions):

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	30	7, 14, 21, 28	4, 11, 18, 25	2	
Tallers dimarts	-	1, 8, 15, 22, 29	5, 12, 19, 26	3	
Tallers dimecres	-	2, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20, 27	4	
Tallers dijous	-	3, 10, 17, 24, 31	7, 14, 21, 28	5	
Tallers divendres		4, 11, 18, 25	8, 15, 22, 29	13, 20	1/11; 6/12

ART, MITE I SÍMBOL DE LES DEÏTATS FEMENINES
LA PINTURA DEL QUATTROCENTO
CAPITALS D'ART DEL SEGLE XX: VIENA 1900, L'APOCALIPSI JOIÓS
PENSAR EL MÓN ACTUAL A TRAVÉS DE LA FILOSOFIA I L'ART
CINE-FÒRUM: GRANS OBRES DE LA HISTÒRIA DEL SETÈ ART
HISTÒRIA D'ÀFRICA DESPRÉS DE LA GUERRA FREDA. RELACIONS INTERNACIONALS AL SUD DEL CONTINENT
TURQUIA, EN LA CRUÏLLA DE LA PRIMAVERA ÀRAB I LA GUERRA CIVIL SÍRIA
INICIACIÓ A LA MEDICINA AIURVÈDICA
TÈCNIQUES DE RELAXACIÓ I RESPIRACIÓ
MEDITACIÓ
MINDFULNESS dII 20h
MINDFULNESS dj 20h
GESTIÓ EFICIENT DE L'ESTRÉS
PARLAR EN PÚBLIC? JO?
LA INTEL·LIGÈNCIA EMOCIONAL AL SERVEI DE L'AUTOESTIMA
NEUROCIÈNCIA I BENESTAR PERSONAL
GIMNÀSTICA FACIAL
PINTURA Dm 10h
PINTURA Dm 12h
DIBUIX Dm 17h
DIBUIX Dm 18.30h
INICIACIÓ A LA FOTOGRAFIA
ESCRITURA CREATIVA: RELAT BREU (NIVELL ELEMENTAL)
ESCRITURA CREATIVA: NOVEL·LA (NIVELL AVANÇAT)
INICIACIÓ A LA IMPROVISACIÓ TEATRAL dm 20h
JOCS I TÈCNIQUES D'IMPROVISACIÓ TEATRAL dII 20h

INTERPRETACIÓ TEATRAL
GOSPEL
TÈCNIQUES VOCALS APLICADES AL CANT
DE LA SOLFA A L'ESCENARI
GUIARRA CLÀSSICA
GRUP DE CORDES
CLAQUÉ
DANSA JAZZ
DANSA CLÀSSICA
SAMBA REGGAE
BALLS AMB SABOR CARIBENY
BALLS DE SALÓ
ROCK & BOOGIE
LET'S SWING!
BALLEM RITMES TROPICALS!
INICIACIÓ AL LINE DANCE dj 20h
INICIACIÓ AL HONKY TONK dm 17h
COUNTRY MIG dj 18.30h
INICIACIÓ A L'ECONOMIA
ÀRAB DES DE ZERO
JAPONÈS DES DE ZERO
ALEMANY DES DE ZERO
SPIELEN SIE DEUTSCH? JUGUEM AMB L'ALEMANY
ON Y VA? FRANCÈS DES DE ZERO
COMUNIQUEM-NOS EN FRANCÈS
ON PARLE FRANÇAIS (CONVERSA EN FRANCÈS)
ITALIANO PER TUTTI (ITALIÀ PER PRINCIPIANTS)
VOLARE: CULTURA ITALIANA
WHAT'S YOUR NAME? (ANGLÈS DES DE ZERO)
PRACTICAL ENGLISH FOR BEGINNERS
WAKE AND SHAKE! (ELEMENTARY)
SPEAK UP! (PRE-INTERMEDIATE)
EVERYDAY ENGLISH (INTERMEDIATE)
LET'S SPEAK ENGLISH! CONVERSA EN ANGLÈS
ENGLISH & CULTURE (UPPER INTERMEDIATE)
ESTIMULACIÓ MUSICAL PER A NADONS (DE 2 A 12 MESOS) dm 10h
MÚSICA PER ALS MÉS PETITS (D'1 A 3 ANYS) dm 11h
MÚSICA PER ALS MÉS PETITS (D'1 A 3 ANYS) dv 10h

Tallers manipulacions – Tallers Tast de vins (8 sessions):

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	30	7, 14, 21, 28	4, 11, 18	-	

Tallers dimarts	-	1, 8, 15, 22, 29	5, 12, 19	-	
Tallers dimecres	-	2, 9, 16, 23, 30	6, 13, 20	-	
Tallers dijous	-	3, 10, 17, 24, 31	7, 14, 21	-	
Tallers divendres	-	4, 11, 18, 25	8, 15, 22, 29	-	1/11;

PASSEJADES PER BARCELONA (DILLUNS) (dll 11h)
PASSEJADES PER BARCELONA (DIMARTS) (dm 11h)
MIRADA I DIBUIX INTUÏTIU
SUMI-E: PINTURA I ESTÈTICA JAPONESA
UN MAQUILLATGE PER A CADA OCASIÓ: TALLER D'AUTOMAQUILLATGE
RESTAURACIÓ DE MOBLES
IKEBANA
COSTURA A MÀQUINA (NIVELL MIG) dc 10.30h
INICIACIÓ AL BRIDGE
INICIACIÓ AL TAST DE VINS * (comença el 15/10 i acaba el 3/12)
TAST DE VINS AVANÇAT: TAST A CEGUES

Tallers cuina (7 sessions):

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	30	7, 14, 21, 28	4, 11	-	
Tallers dimarts	-	1, 8, 15, 22, 29	5, 12	-	
Tallers dimecres	-	2, 9, 16, 23, 30	6, 13	-	
Tallers dijous	-	3, 10, 17, 24, 31	7, 14	-	
Tallers divendres		4, 11, 18, 25	8, 15, 22	-	1/11;

21 RECEPTES QUE HAS CONÈIXER ABANS DE COMPLIR ELS 35...O ELS 90
7 INGREDIENTS IMPRESCINDIBLES A LA TEVA CUINA
CUINA CREATIVA PER MANDROSOS
PLATETS DE TARDOR DEL XEF
CUINA DE TEMPORADA: TARDOR
FUSIONEM LA CUINA MEDITERRÀNIA
CUINA DEL VIETNAM
LA VOLTA AL MÓN AMB RECEPTES VEGETARIANES

Tallers cuina (4 sessions):

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	-	-	-	-	
Tallers dimarts	-	-	-	-	
Tallers dimecres	-	-	20, 27	4, 11	
Tallers dijous	-	-	21, 28	5, 12	

Tallers divendres	-	-	-	-	
-------------------	---	---	---	---	--

TOT NADAL

CANAPÈS, GOTETS, APERITIUS I PETITS FOURS

ELS BOLETS A LA CUINA * (comença el 27/11 i acaba el 18/12)

Tallers 5 sessions - 1a ronda:

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	-	-	-	-	
Tallers dimarts	-	1, 8, 15, 22, 29	-	-	
Tallers dimecres	-	2, 9, 16, 23, 30	-	-	
Tallers dijous	-	-	-	-	
Tallers divendres	-	-	-	-	

FARMACIOLA NATURAL

IL·LUSTRACIÓ: CONSTRUINT EL COS HUMÀ

DEL RETRAT A LA CARICATURA

Tallers 5 sessions - 2a ronda:

	SETEMBRE	OCTUBRE	NOVEMBRE	DESEMBRE	FESTIUS
Tallers dilluns	-	-	-	-	
Tallers dimarts	-	-	12, 19, 26	3, 10	
Tallers dimecres	-	-	13, 20, 27	4, 11	
Tallers dijous	-	-	-	-	
Tallers divendres	-	-	-	-	

IL·LUSTRACIÓ: ROSTRE HUMÀ

LA NARRATIVA POÈTICA A LA IMATGE