



ACTIVIDADES

2016-2017

ASOCIACIÓN VECINOS LA ARENA, GIJÓN

Avd. Rufo G. Rendueles, 17, bajo C.P 33203

Telf. 985 13 30 83 avvlarena@telecable.es

www.avlarena.com/ Boletín Agosto 2016

SALUDO

Estimados socio/as

Después de saludaros cordialmente y desearos que este verano hayáis descansado y disfrutado de todo lo bueno que tiene la ciudad, me pongo en contacto a través de este boletín para ofreceros la información de todas las actividades que se desarrollarán durante este curso.

Además de estas actividades a lo largo del año se programarán otras más, que se publicarán en la página web y en el tablón de anuncios de la Asociación.

Y como siempre, estaremos dispuestos a cualquier otra actividad que nos hagáis llegar.

Seguimos trabajando en las mejoras del Barrio y de sus habitantes, reivindicando todo lo que creamos conveniente, o lo que deseéis trasladarnos.

Tita Caravera.

ACTIVIDADES DE LA VOCALÍA DE LA MUJER

- Os recordamos que la fecha de inicio del taller “Hablar en público” será el 23 de septiembre finalizando 11 noviembre.
- La excursión será el día 29 de septiembre a Benía de Onis. Para inscribirse en la excursión tendrán preferencia las asistentes a los cursos de Femenino y Plural. La excursión y las visitas son gratuitas. La comida tiene un precio de 15,00 €. “Inscripciones desde 5 de septiembre”

CURSOS Y ACTIVIDADES 2016-2017

ACTIVIDAD	HORARIO	PLAZAS	PRECIO
Bailes Salón I	Martes de 17:00 a 18:00	26	15€
Bailes Salón II	Martes de 19:15 a 20:15	26	15€
Bailes Salón III	Martes de 20:15 a 21:15	26	15€
BOLILLOS	Miércoles de 10:30 a 12:30	10	20€
Gym MUSIC	Lunes y miércoles 19:45 a 20:45	26	20€
Gym MUSIC	Martes y jueves 8:45 a 9:45	26	20€
Gym MUSIC	Lunes 10:00 a 11:00 Viernes 8:45 a 9:45	26	20€
Gym MUSIC	Lunes y miércoles 21:00 a 22:00	26	20€
PILATES I	Lunes y miércoles 11:30 a 12:25	20	23€
PILATES II	Lunes y miércoles 12:30 a 13:25	20	23€
Pintura y Dibujo	Viernes 9:00 a 11:00 (2h)	15	22€
	Viernes 9:00 a 12:00 (3h)	15	27€
	Viernes 9:00 a 13:00 (4h)	15	32€
Sevillanas-mañanas	Martes 12:00 a 13:00	20	14€
Sevillanas - tardes	Lunes y miércoles 18:30 a 19:30	20	18€
TAICHI	Lunes y miércoles 9:00 a 10:00	20	23€
Yoga mañanas	Martes y jueves 10:00 a 11:00	20	25€
	Martes y jueves 11:00 a 12:00		
Yoga tardes	Martes y jueves 18:00 a 19:00	20	25€
ZUMBA	Miércoles y viernes 10:05 a 11:05	25	20€
Cuidados salud	Jueves de 12:30 a 13:30	20	13€

INFORMÁTICA 2016/2017

MAÑANAS	Lunes y miércoles 10 a 11//11 a 12	5Plazas/ 30€
	Martes y jueves 10 a 11// 11 a 12	5 Plazas/ 30€
TARDES	Lunes y miércoles 17:00 a 18:00	5Plazas/30€
	Martes y jueves 17:00 a 18:00	5 Plazas/30€

DÍAS SEÑALADOS PARA MATRICULARSE EN LOS CURSOS 2016/17

* Día 5 de septiembre : Bailes de salón

*Día 6 de septiembre: Bolillos y Cuidados para la salud

*Día 7 de septiembre : Pintura y dibujo – Informática

*Día 12 de septiembre : Gym Music

*Día 13 de septiembre : Pilates y Zumba

*Día 14 de septiembre : Sevillanas

*Día 15 de septiembre : Taichi y Yoga

¡AVISO!

Los números a partir de las
11:00 // Uno por persona

EN EL MES DE SEPTIEMBRE NO SE PODRÁN INSCRIBIR NUEVOS SOCIOS

Talleres Gratuitos

ACTIVIDAD	HORARIO	PLAZAS	LUGAR
Alemán	Viernes de 18:00 a 19:30	15	CMI La Arena
Francés III	Martes de 17:00 a 18:30	15	CMI La Arena
Francés II	Miércoles de 17:00 a 18:30	15	CMI La Arena
Inglés II (Ana)	Martes de 10:30 a 12:00	15	CMI La Arena
Inglés III(Encarna)	Lunes de 10:00 a 11:00	15	CMI La Arena
Inglés II(Encarna)	Lunes de 11:00 a 12:00	15	CMI La Arena
Inglés II(Elisa)	Martes de 11:00 a 12:30	15	Piso 1º Asociación
Inglés III(Elisa)	Jueves de 11:00 a 12:30	15	Piso 1º asociación
Manualidades	Lunes de 17:00 a 18:30	5	Sala Polivalente

DÍAS DE MATRÍCULA

*Alemán y manualidades: 19 de septiembre

*Francés (2 niveles):20 de septiembre

*Inglés:21 de septiembre

LES RECORDAMOS QUE:

- Para poder inscribirse en cualquier curso es preciso estar al corriente de pagos.
- En las actividades gratuitas, cada socio solo podrá acceder a un curso
- El profesorado tiene libertad para organizar sus clases. Podrá aumentar o disminuir el número de plazas.
- Las ausencias reiteradas serán causa de pérdida de la plaza
- Para cualquier otra circunstancia no contemplada aquí, rigen normas cursos anteriores.

Oferta nuevo curso 2016/2017

Cuidados para la salud

- Ejercicios de suelo pélvico
- Gimnasias suaves
- Gimnasia ocular
- Gimnasia facial
- Cuidado de la espalda
- Técnicas de relajación, concentración
- Alimentación
- Higienismo natural
- Cuidados con aceites esenciales
- Automasajes, masajes en pareja...



La actividad incluye diferentes técnicas:

Las clases serán de una hora, los jueves de 12:30 a 13:30, el importe de 13€ i incluirá los apuntes que se den en clase para las alumnas que no dispongan de whatsapp.

Número mínimo de participantes 12 personas, máximo 25. Profesora, Marina Álvarez



El tradicional magüestu se celebrará el día 4 de noviembre. Podréis recoger vuestros vales entre el 15 y el 31 de octubre

Número Lotería

NAVIDAD

06488

Participaciones de **3€**