

## Relación de Cursos y Talleres de Formación en Centros Sociales de Mayores 2022

Centros	Cursos / Talleres	Dirección	Teléfonos	Días	Horario
ALBATALIA, LA	c Gerontogimnasia	Carril de las Escuelas, 3	968 296798 y 968 293870	M-J	17:45-18:45
	c Entrenamiento de la Memoria			X	18:00-20:00
	c Bailes de Salón			J	19:00-20:30
	T Nutrición y Longevidad			M	19:00-20:00
ALBERCA, LA	c Gerontogimnasia	C/. Fuensanta, 16 bis	968 847615	M-J	10:00-12:00
	c Entrenamiento de la Memoria			J	18:30-19:30
	c Pintura			M	17:00-19:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	18:00-19:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	18:00-19:00
ALGEZARES	c Gerontogimnasia	C/ Saavedra Fajardo, 20 (edif. Rosaleda)	968 35 86 00 EXT. 35086	M-J	9:30-10:30
	c Entrenamiento de la Memoria			X	17:00-18:00
	c Teatro			J	18:00-20:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M	18:00-19:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	18:00-19:00
ALJUCER	c Gerontogimnasia	C/Paseo Dr. Gil Ortiz, 8	968 35 86 00 EXT. 35736	M-J	17:00-18:00
	c Entrenamiento de la Memoria			L	17:00-18:00
	c Bailes de Salón			X	17:00-19:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	17:00-18:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			X	17:00-18:00
ALQUERIAS	c Gerontogimnasia	C/Agustin Virgili, 8	968 870487	L-X	11:30-12:30
	c Estética y Salud			X	17:00-19:00
	c Teatro			M	16:00-17:30
	T Nutrición y Longevidad			L	17:00-18:00
	T Pensamiento Positivo			L	17:30-18:30
ARBOLEJA, LA	c Gerontogimnasia	Carril de los Pepines, 44	968 281273	M-J	10:15-11:15
	c Bailes de Salón			M	20:00-21:30
	c Pintura			X	17:00-18:30
AVILESES	c Gerontogimnasia	Ctra. del Horno, 6 (Escuelas Nuevas)	968 370477	L-X	16:00-17:00
	c Plástica y Artesanía				
	c Educación Financiera y Economía Doméstica				
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido				
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación				
BAÑOS Y MENDIGO	c Gerontogimnasia	C/Puente Viejo, 4 (centro cultural)	968383203	L-X	10:10-11:10
BARQUEROS	c Gerontogimnasia	C/Vereda, 1	968 35 86 00 EXT. 35666	L-X	16:45-17:45
	c TICs 1			M	19:00-20:30
	c Estética y Salud			J	16:30-18:30

	T Automasaje y Estiramientos Corporales			M	16:30-17:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			M	19:00-20:00
BARRIO DEL PROGRESO	c Gerontogimnasia	C/ Peña Huertana La Rana, s/n	968 35 86 00 EXT. 35186	X-J	17:00-19:00
	c Entrenamiento de la Memoria			M	17:00-19:00
	c Plástica y Artesanía			L	17:00-19:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			L	18:00-19:00
	T Pensamiento Positivo			L	18:00-19:00
BARRIOMAR	c Gerontogimnasia	Avda. Ciudad Almería, 38 (edf. Romirón)	968 250927	M-J	18:20-19:20
	c Entrenamiento de la Memoria			M	17:15-18:15
	c Tai Chi			X	17:30-19:00
	T Reeducción Suelo Pélvico			J	17:30-18:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			J	17:15-18:15
BENIAJAN	c Gerontogimnasia	C/ Antonia Maymón, s/n	968 823112	M-J	16:00-18:00
	c Pintura			L	17:00-19:00
	c Bailes de Salón			X	18:00-19:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	17:00-18:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	17:00-18:00
CABEZO DE TORRES	c Gerontogimnasia	C/ del Carmen, 62	968 834842	L-X-V	8:30-11.30
	c Música Coral			X	18:00-19:30
	c Teatro			M	19:00-20:30
	c Pintura			J	10:00-12:00
CASILLAS	c Gerontogimnasia	C/ Federico García Lorca s/n	968 303094	M-J	19:00-20:00
	c Bailes de Salón			X	18:00-20:00
	c Entrenamiento de la Memoria			X	17:00-18:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	17:00-18:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	17:00-18:30
CHURRA	c Gerontogimnasia	Avda. Vicente Alexandre, s/n	968 839697	M-J	17:45-18:45
	c Entrenamiento de la Memoria			M	16:00-17:00
	c Bailes de Salón			M	17:30-19:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	16:30-17:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	16:30-17:30
COBATILLAS	c Gerontogimnasia	C/ Escuelas Nuevas, s/n	968 862327	M-J	16:00-17:00
	c Música de Cuerda			X	17:00-18:30
	c Pintura			L	16:00-18:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			M	17:00-18:00
	T Circuitos de Ejercicios Saludables			J	17:00-18:00
CORVERA	c Gerontogimnasia	C/ Fuensanta, 1	968 380000	L-X	11:15-12.15
	c Chi Kung			M-J	10:30-11:30
	c Escuela de Salud			V	10:30-12:00

	T Envejecimiento Saludable			M	10:30-11:30
	T Nutrición y Longevidad			M	10:30-12:00
CUEVA, LA	c Gerontogimnasia	C/ San José, 13	637822612	M-J	16:00-17:00
	c Teatro			X	16:00-17:30
	c Entrenamiento de la Memoria			M	18:00-19:30
	T Nutrición y Longevidad			M	18:00-19:30
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M	18:00-19:30
DOLORES, LOS	c Gerontogimnasia	C/ Andrés Azorín García, 3	968 344826	M-J	16:00-18:00
	c Bailes de Salón			V	17:30-19:30
	c Estética y Salud			M	18:00-19:00
	T Nutrición y Longevidad			J	18:00-19:00
	T Envejecimiento Saludable			M	18:00-19:00
ERA ALTA	c Gerontogimnasia	C/ Escultor Roque López, 5, bajo	660 559156	L-X	17:10-18:10
	c Entrenamiento de la Memoria			L	18:30-20:00
	c Educación Financiera y Economía Doméstica			J	17:00-19:00
ERMITA DE BURGOS	c Gerontogimnasia	Camino Ermita de Burgos, 4		M-J	18:00-19:00
	c Entrenamiento de la Memoria			X	17:00-19:00
	c Plástica y Artesanía			X	18:00-19:30
	T Nutrición y Longevidad			L	18:00-19:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M	17:00-18:00
ERMITA DEL ROSARIO	c Gerontogimnasia	Avda. del Rosario n º 1	968-348299 / 968 351114	M-J	17:00-18:00
	c Bailes de Salón			L	18:00-20:00
	c Tai Chi			X	18:00-19:00
	T Reeducción del Suelo Pélvico			J	18:00-19:00
	T Envejecimiento Saludable			J	18:00-19:00
ESPARRAGAL	c Gerontogimnasia	C/ Mayor, 54	968 35 86 00 EXT. 36085	L-X	17:00-18:00
	c Técnicas de Comunicación			M	18:00-19:30
	c Pon Música en tu Vida			M	17:00-18:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			J	17:00-18:30
	T Circuitos de Ejercicios Saludables			J	17:00-18:00
ESPINARDO	c Gerontogimnasia	C/ Mayor nº 125	643 968300	L	10:00-11:00
	c Gerontogimnasia			M-J	10:00-12:00
	c Bailes de Salón			X-J	18:30-20:30
	c Entrenamiento de la Memoria			L	18:00-19:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	18:00-19:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			M	18:30-19:30
FAMA, LA	c Gerontogimnasia	Avda. La Fama, 15 (Edf. Florencia)	968 242800	M-J	11:00-12:00
	c Entrenamiento de la Memoria			L	17:30-19:00
	c Pintura			M	17:00-18:30

	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			L	16:00-17:00
	T Nutrición y Longevidad			X	17:30-18:30
FLOTA, LA	c Gerontogimnasia	C/ Navegante Macías del Poyo, nº 8	968 243128	L-X-V	11:30-12:30
	c Tai Chi			M-J	10:00-12:00
	c Pintura			M	17:00-18:30
	T Reeducción Suelo Pélvico			X	18:00-19:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	18:00-19:15
GARRES, LOS	c Gerontogimnasia	C/ Alegría, 6	968 874147	L-X-V	8:55-10:55
	c Plástica y Artesanía			J	10:00-12:00
	c Pintura			J	10:00-12:00
	T Nutrición y Longevidad			L	17:00-18:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			L	17:00-18:00
GEA Y TRUYOLS	c Gerontogimnasia	Avda. del Mediterraneo, 15	968 370500	L-X	17:15-18:15
	c Educación Financiera y Economía Doméstica				
	c Estrategia mente activa			M	17:00-19:00
	T Envejecimiento Saludable			V	18:00-19:00
	T Pensamiento Positivo			V	17:00-18:00
GUADALUPE	c Gerontogimnasia	Avda. de la Libertad, nº 1	968 35 86 00 EXT. 36306	L-X-V	9:00-10:00
	c Entrenamiento de la Memoria			X	16:00-17:30
	c TICs 1			V	18:00-19:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			J	16:00-17:00
	T Envejecimiento Saludable			J	16:45-17:45
INFANTE J. MANUEL	c Gerontogimnasia	C/ Vicente Alexandre, 18	968 35 86 00 EXT. 35786	L-X	18:30-19:30
	c Entrenamiento de la Memoria			M	18:30-19:30
	c Tai Chi			V	18:00-19:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M	17:00-18:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			J	17:00-18:00
JAVALI NUEVO	c Gerontogimnasia	Plaza de la Ermita, 11	602214532	L-X-V	10:00-12:00
	c Estética y Salud			X	18:30-19:30
	c TICs 1			X	17:30-19:00
	T Nutrición y Longevidad			L	18:30-19:30
	T Automasaje y Estiramientos Corporales				
JAVALI VIEJO	c Gerontogimnasia	C/ Purísima, 5	968 807905	L-X-V	8:45-9:45
	c Entrenamiento de la Memoria			J	16:00-18:00
	c Habilidades Cognitivas			L	16:30-17:30
	T Envejecimiento Saludable			M	16:30-17:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			M	16:30-17:30
LA PAZ	c Gerontogimnasia	Avda. Pablo VI, s/n (Centro Cultural).	968 35 86 00 EXT. 36156	L-X	16:45-17:45
	c Entrenamiento de la Memoria			J	17:00-18:00

	c Pintura			M	17:00-19:15
	T Nutrición y Longevidad			M	17:00-18:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			J	18:00-19:00
LLANO DE BRUJAS	c Gerontogimnasia	C/ del Sol, s/n	968 872021/ 658 493026	M-J	17:05-18:05
	c Bailes de Salón			J	18:00-19:30
	c Risoterapia			M	18:00-19:00
	T Nutrición y Longevidad			J	18:00-19:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			M	18:00-19:30
LOBOSILLO	c Gerontogimnasia	Avda. Bulevar, 22	689 810 914	M-J	09:30-11:30
	c Teatro			M	16:00-17:30
	c TICs 2			X	17:00-18:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			J	16:30-17:30
	T Pensamiento Positivo			J	16:30-18:00
MARTINEZ DEL PUERTO	c Gerontogimnasia	Ctra. de los Ruices, 1	968 383075	L-X	9:00-10.00
	c Bailes de Salón			M-J	18:00-19:30
	c Teatro				
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			X	18:30-19:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	19:30-20:30
MONTEAGUDO	c Gerontogimnasia	Avda. Príncipe de Asturias, 44	968 8 51836	L-X	18:25-19:25
	c Teatro			L	16:00-18:00
	c Entrenamiento de la Memoria			X	16:30-18:00
NONDUERMAS	c Gerontogimnasia	C/ Constitución, 5	968 343929	M-J	16:00-17:00
	c Entrenamiento de la Memoria			J	17:00-18:30
	c Risoterapia			X	17:00-18:00
	T Envejecimiento Saludable			X	18:00-19:00
	T Pensamiento Positivo			X	16:30-17:30
ORILLA DEL AZARBE	c Gerontogimnasia	C/ Rullos, 7	968 853029	M-J	17:30-18:30
	c Bailes de Salón			L	18:30-20:00
	c Tai Chi			L	17:30-18:30
	T Envejecimiento Saludable			L	17:30-18:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			L	18:30-19:30
PALMAR, EL	c Gerontogimnasia	C/ Mayor, 98	968 35 86 00 EXT. 35316	M-J	18:15-20:15
	c Teatro			L	18:00-19:30
	c Entrenamiento de la Memoria			J	17:00-18:00
	T Reeducción del Suelo Pélvico			X	18:30-19:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	18:30-19:30
PATINO	c Gerontogimnasia	C/ Manuel Carceles Caballero, "El Patiñero" nº13.	968 35 86 00 EXT. 35176	L-X	16:00-17:00
	c Entrenamiento de la Memoria			M	16:00-17:30
	c Bailes de Salón			J	17:00-18:30

	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			L	18:30-19:30
	T Reeducción del Suelo Pélvico			L	18:30-19:30
PEDRIÑANES	c Gerontogimnasia	C/. Pedriñanes, 77	968 35 86 00 EXT. 35686	M-J	18:15-19:15
	c Entrenamiento de la Memoria			L	18:00-19:30
	c Risoterapia			X	18:00-19:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	18:00-19:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			L	18:00-19:30
PUEBLA DE SOTO	c Gerontogimnasia	C/ Miguel Caballero, 14	968 891198	L-X	16:00-17:00
	c Pintura			M	17:30-19:30
	c Bailes de Salón			J	18:00-20:00
PUENTE TOCINOS	c Gerontogimnasia	Plaza Reina Sofía, Nº 5	968 300958	M-J	17:30-18:30
	c Gerontogimnasia			X-V	8:30-10:30
	c Teatro			X	17:00-19:00
	c Entrenamiento de la Memoria			M	17:30-19:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			X	18:00-19:30
	T Envejecimiento Saludable			X	18:00-19:00
PUNTAL, EL	c Gerontogimnasia	C/ Remedios, 13	968 306217	M-J	16:30-17:30
	c Entrenamiento de la Memoria			X	17:00-18:30
	c Risoterapia			J	17:30-18:30
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M	17:00-18:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			M	18:30-19:30
RAAL, EL	c Gerontogimnasia	Carril de los Simones, 4		M-J	16:00-17:00
	c Entrenamiento de la Memoria			V	18:30-20:00
	c Estética y Salud			L	18:00-19:30
RAMOS, LOS	c Gerontogimnasia	Avda. Juan Carlos I, 4 (Centro Cultural)	968 821349	M-J	9:30-10.30
	c Pintura			V	17:00-19:00
	c TICs 1			J	18:00-19:30
	T Pensamiento Positivo			M	18:00-19:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			J	16:00-17:00
RANERO, EL	c Gerontogimnasia	Plaza Practicante Francisco Manuel, bajo	968 29 47 51	L-X-V	10:15-11.15
	c Entrenamiento de la Memoria			J	10:30-12:00
	c Bailes de Salón			J	18:00-20:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			J	18:00-19:30
	T Envejecimiento Saludable			X	18:00-19:30
RAYA, LA	c Gerontogimnasia	C/ Garcia Lorca, 28	968 35 86 00 EXT. 35496	L-X	18.15-19:15
	c Entrenamiento de la Memoria			J	18:30-20:00
	c TICs 2			M	16:30-18:00
	T Circuitos de Ejercicios Saludables				
	T Nutrición y Longevidad				

RINCON DE BENISCORNIA	c Gerontogimnasia	C/ Carril de los Plazas, s/n	Extensión 36416	L-X-V	17:00-18:00
	c Entrenamiento de la Memoria			M	17:00-19:00
	c La Alegría Generadora de Salud			J	17:00-19:00
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			J	18:00-19:00
	T Envejecimiento Saludable			J	18:00-19:30
RINCÓN DE SECA	c Gerontogimnasia	C/ Hernández Muñoz, s/n	968254638	L-X	18:10-19:10
SAN ANDRÉS-SAN ANTOLÍN	c Gerontogimnasia	C/Sierra de Gredos, 6, bajo	968900113	L-X	18:30-20:30
SAN ANTON	c Gerontogimnasia	C/ Metal s/n	626328333	M-J	8.30-10.30
	c Bailes de Salón			L	17:00-19:00
	c Plástica y Artesanía			J	17:00-19:00
SAN BASILIO	c Gerontogimnasia	Avda. Miguel de Cervantes, 1 (Centro Cultural)	968 35 86 00 EXT. 33221	L-X	18:15-20.15
	c Educación Financiera y Economía Doméstica			M	18:00-19:00
	c Tai Chi			X-V	11:00-12:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			M	17:00-18:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M	17:00-18:00
SAN GINES	c Gerontogimnasia	Camino de las Escuelas, s/n	968 35 86 00 EXT. 35466	L-X	18:30-19:30
	c TICs 1			X	17:00-18:00
	c Bailes de Salón			M	18:00-19:30
	T Reeduación del Suelo Pélvico			J	17:00-18:15
	T Nutrición y Longevidad			J	17:00-18:00
SAN JOSE DE LA VEGA	c Gerontogimnasia	C/ San Manuel, Nº 3	868 970959	L-X	17:05-19:05
	c Bailes de Salón			J	18:00-19:30
	c Chi Kung			M	17:00-18:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			J	17:00-18:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			J	17:00-18:00
SAN JOSE OBRERO (RAAL)	c Gerontogimnasia	C/ Primero de Mayo, 22	968 358600	M-J	19:30-20:30
	c Pintura			X	17:30-19:00
	c Entrenamiento de la Memoria			M	18:00-19:00
	T Circuitos de Ejercicios Saludables				
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			X	16:30-17:30
SAN JUAN- SANTA EULALIA	c Gerontogimnasia	Plaza Santa Eulalia, 11, bajo	968 212599	L-X	11:00-12:00
	c Teatro			V	11:00-12:30
	c Plástica y Artesanía			M	10:00-12:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			V	10:00-11:00
	T Nutrición y Longevidad			V	11:00-12:00
SAN MIGUEL	c Gerontogimnasia	C/ Conde de Roche, s/n Bajo	968 221085	M-J	10:00-12:00
	c Teatro				
	c Chi Kung			V	11:00-12:30
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas				

	T Pensamiento Positivo			V	11:00-12:00
SAN PIO X	c Gerontogimnasia	Plaza San Pío X	868 945019	M-J	9:00-10:00
	c Teatro			X	18:30-20:30
	c TICs 2			M-J	18:00-19:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			M-J	18:00-19:00
	T Automasaje y Estiramientos Corporales			M-J	18:00-19:00
SANGONERA LA SECA	c Gerontogimnasia	C/ Pablo Iglesias, 12.	968 35 86 00 EXT. 35616	L-X	19:30-20:30
	c TICs 1			M	18:15-19:45
	c Entrenamiento de la Memoria			J	17:00-18:30
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			M	17:00-18:00
	T Reeducción del Suelo Pélvico			M	17:00-18:00
SANGONERA LA VERDE	c Gerontogimnasia	C/ Rosalinda, 67	968 868055	L-X	15:20-18:00
	c TICs 1			L	17:15-18:45
	c Plástica y Artesanía				
SANTA CRUZ	c Gerontogimnasia	C/ Francisco Conesa, 1	968 35 86 00 EXT. 36056	M-J	18:15-19:15
	c TICs 1			M-J	10:00-11:00
	c Bailes de Salón			L	20:00-21:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación			J	17:00-18:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			J	17:00-18:00
SANTIAGO EL MAYOR	c Gerontogimnasia	C/ Pedro Pardo, 9	968 347384	L-X	17:00-18:00
	c Gerontogimnasia			M-J	18:00-19:00
	c Pintura			X	18:00-20:00
	c TICs 1			X	18:00-19:00
	T Nutrición y Longevidad			M	19:00-20:00
	T Autocuidados, Me quiero, Me cuido			M	19:00-20:00
SANTIAGO Y ZARAICHE	c Gerontogimnasia	Avda. de Atocha, s/n	868 129566	M-J	16:30-17:30
	c Bailes de Salón			L	18:00-19:00
	c Teatro			X	17:45-19:00
	T Pensamiento Positivo			J	18:00-19:00
	T Nutrición y Longevidad			J	18:00-19:00
SANTO ANGEL	c Gerontogimnasia	C/ de la Cruz, 3	968 844329	L-X	17:15-18:15
	c Bailes de Salón			V	17:00-18:30
	c Entrenamiento de la Memoria			M	18:30-20:00
	T Pensamiento Positivo			M	17:00-18:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas			V	17:00-18:00
SUCINA	c Gerontogimnasia	Paseo Patrona, 1 (centro municipal)	604420890	L-X	18:30-19:30
TORREAGÜERA	c Gerontogimnasia	Carretera de San Javier nº 1	968 822472	M-J	18:05-20:05
	c Pintura			M	16:00-18:00
	c Estética y Salud			X	18:00-19:30



	T Circuitos de Ejercicios Saludables				X	18:15-19:15
	T Automasaje y Estiramientos Corporales				M	16:30-18:00
VALLADOLISES	c Gerontogimnasia	Avda. Glorioso Infante de Marina, 3	968384239	968384006	M-J	11:40-12:40
VISTABELLA	c Gerontogimnasia	Plaza Lugo s/n, 1º (Plaza de Abastos)	968 35 86 00	EXT. 36426	X-V	10:00-12:00
	c Entrenamiento de la Memoria				M	17:00-18:00
	c Tai Chi				J	18:00-19:30
VISTALEGRE	c Gerontogimnasia	C/ Vistalegre, nº 34	968 35 86 00	EXT. 36436	L-X-V	8.30-10:30
	c Pintura				L	17:00-19:00
	c Entrenamiento de la Memoria				L	17:00-19:00
	T Pensamiento Positivo				V	11:00-12:00
	T Nutrición y Longevidad				V	11:00-12:00
ZARANDONA	c Gerontogimnasia	C/ Isaac Peral, 2	968 35 86 00	EXT. 36276	L-X	17:00-18:00
	c Entrenamiento de la Memoria				J	16:45-18:15
	c Cultura y Arte				M	17:30-19:00
	T Higiene Postural y Prevención de Caídas				X	17:30-18:30
ZENETA	c Gerontogimnasia	C/ Juan Carlos I, 23	868 089257		M-J	10:45-11:45
	c Teatro				L	16:30-18:30
	c Bailes de Salón				J	21:00-22:30
	T Higiene del Sueño y Técnicas de Relajación				L	18:15-19:15
	T Envejecimiento Saludable				L	18:15-19:15