

ACTIVIDADES DE EJERCICIO FÍSICO Y CURSOS FORMATIVO
OCUPACIONALES. AÑO 2025.
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES TRASTORNES

ACTIVIDADES EJERCICIO FÍSICO		HORARIO
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	miércoles y viernes	9 a 10 h - 10 a 11 h
PSICOMOTRICIDAD	lunes y miércoles	12.30 a 13.30 h
YOGA	martes y jueves	9.30 a 10.30 h 10.30-11.30 h
TAICHI	lunes y miércoles	17 a 18 h
CURSOS FORMATIVO OCUPACIONALES		HORARIO
ACTIVA LA MENTE_I	lunes y miércoles	9.30 a 11 h
	miércoles y viernes	12.30 a 14 h
	miércoles y jueves	16.30 a 18.00 h
ACTIVA LA MENTE_II	lunes y miércoles	11 a 12.30 h
ARTE MANUAL	martes y viernes	16.30 a 18 h
BAILE	lunes y miércoles	12 a 13 h
	martes y jueves	17 a 18 h – 18 -19 h
BRICOLAJE (EN MADERA)	martes y jueves	11.30 a 13 h
ENCUADERNACION Y CARPETERÍA	martes y miércoles	16.30 a 18 h
INGLÉS	lunes y miércoles	11.30 a 12.30 h
PINTURA	martes y viernes	18 a 19:30 h
talleres de 1 día/semana		HORARIO
TRADICIONES Y FOLKLORE DE SALAMANCA	lunes	10.00-11.30 h

NOTA: La distribución de los cursos y actividades, grupos y horarios de este documento son orientativos, pudiendo sufrir modificaciones, alteraciones o rectificaciones, por motivos de mejora del servicio.

ACTIVIDADES DE EJERCICIO FÍSICO Y CURSOS
FORMATIVO OCUPACIONALES. AÑO 2025.
CENTRO MUNICIPAL DE MAYORES TRASTORNES

ACTIVIDADES EJERCICIO FÍSICO		HORARIO
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	miércoles y viernes	9 a 10 h - 10 a 11 h
PSICOMOTRICIDAD	lunes y miércoles	12.30 a 13.30 h
YOGA	martes y jueves	9.30 a 10.30 h 10.30-11.30 h
TAICHI	lunes y miércoles	17 a 18 h
CURSOS FORMATIVO OCUPACIONALES		HORARIO
ACTIVA LA MENTE_I	lunes y miércoles	9.30 a 11 h
	miércoles y viernes	12.30 a 14 h
	miércoles y jueves	16.30 a 18.00 h
ACTIVA LA MENTE_II	lunes y miércoles	11 a 12.30 h
ARTE MANUAL	martes y viernes	16.30 a 18 h
BAILE	lunes y miércoles	12 a 13 h
	martes y jueves	17 a 18 h – 18 -19 h
BRICOLAJE (EN MADERA)	martes y jueves	11.30 a 13 h
ENCUADERNACION Y CARPETERÍA	martes y miércoles	16.30 a 18 h
INGLÉS	lunes y miércoles	11.30 a 12.30 h
PINTURA	martes y viernes	18 a 19:30 h
talleres de 1 día/semana		HORARIO
TRADICIONES Y FOLKLORE DE SALAMANCA	lunes	10.00-11.30 h

NOTA: La distribución de los cursos y actividades, grupos y horarios de este documento son orientativos, pudiendo sufrir modificaciones, alteraciones o rectificaciones, por motivos de mejora del servicio.