



# IKASTURTEA 2022-2023 CURSO

ELKARTEA / CLUB	ASTELEHENA/LUNES	ASTEARTEA/MARTES	ASTEAZKENA/MIÉRCOLES	OSTEGUNA/JUEVES	OSTIRALA/VIERNES	
<b>SAN AGUSTIN</b> Agustinas 943 52 29 04 jubiladosanagustin@hotmail.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 16:00 - 18:00 Astelehenetik ostiralera De lunes a viernes		Soinketa / Gimnasia 9:00-10:00		Soinketa / Gimnasia 9:00-10:00		
				Euskal Dantza 10:30-11:30		
			Tai-Chi 10:00-11:00		Tai-Chi 10:00-11:00	
					Win Tsun 11:00-12:00	
	Informatika / Informática 16:00-17:45	Bordatua / Bordado 16:00-18:00	Puntua eta kakorrazt-lana Punto y ganchillo 16:00-18:00		Joskintza / Costura 16:00-18:00	
		Dantza lerroan / Baile en línea 17:20-18:20	Nola kudeatu gure emozioak Cómo gestionar nuestras emociones (Quincenal) 17:00-19:00		Areto Dantza / Baile de Salón 16:00-17:00	
	Muxikoak 17:45-18:45	Areto Dantza / Baile de Salón 18:20-19:20		Patchwork 16:30-18:30		
	Euskara 18:45-19:45	Abesbatza / Coro 18:00-19:00		Oroimen Tailerra Taller de Memoria 16:00-18:00		
<b>ARRAMENDIPE</b> Pontika 943 51 39 50 arramendi@yahoo.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 16:00-19:00 Asteartea eta osteguna Martes y jueves	Soinketa / Gimnasia 10:30-11:30		Soinketa / Gimnasia 10:30-11:30		Areto Dantza / Baile de Salón 9:30-11:30	
	Luzaketak / Estiramientos 11:30-12:30		Luzaketak / Estiramientos 11:30-12:30		Pilates 10:30-12:00	
	Nola kudeatu gure emozioak Cómo gestionar nuestra emociones 17:00-19:00		Eskulanak / Labores 16:00-18:00		Oroimen Tailerra Taller de Memoria 15:45-17:45	
<b>BIENVENIDO</b> Beraun 943 34 15 38 clubjubiladosbienvenido@yahoo.es Bulegoko ordutegia /Horario oficina 11:00-13:00 Asteartea eta osteguna Martes y jueves	Soinketa / Gimnasia 9:00-10:00 10:00-11:00	Soinketa / Gimnasia 9:00-10:00	Soinketa / Gimnasia 9:00-10:00 10:00-11:00	Soinketa / Gimnasia 9:00-10:00	Shiatsu 9:15-10:45	
		Areto Dantza / Baile de Salón 11:00-12:00 12:00-13:00		Patchwork 11:00-13:00	Areto Dantza / Baile de Salón 11:00-12:00 12:00-13:00	
	Sevillanas 16:15-17:45			Euskal Dantza 12:10-13:10	Euskara 16:00-18:00	
	Yoga 18:00-19:30	Informatika / Informática 15:45-17:15 17:15-19:45	Yoga 18:00-19:30	Oroimen Tailerra Taller de Memoria 16:00-18:00		
<b>LAGUNTASUNA</b> Gabierrota 943 52 60 86 gabiellagun@hotmail.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 10:00 - 12:00 Asteartea eta osteguna Martes y jueves			Kulturaren sustapena Promoción de la Salud 10:00-12:00		Areto Dantza / Baile de Salón 16:30-17:30	
	Soinketa / Gimnasia 11:15-12:15		Soinketa / Gimnasia 11:15-12:15	Cuenta conmigo 10:30-12:00		
	Joskintza / Costura 16:00-18:00		Sukaldaritza Tailerra Taller de Cocina 16:00-18:00		Eskulanak / Manualidades 16:00-18:00	
	Oroimen Tailerra Taller de Memoria 16:00-18:00			Kafe-Tertulia / Café-Tertulia 18:00-20:00		
<b>EL PARKE</b> Galtzaraborda 943 52 57 13 clubjubiladosparque@hotmail.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 11:00 - 13:00 Asteartea eta osteguna Martes y jueves		Tai-Chi 10:00-11:00	Pilates 9:45-10:45	Tai-Chi 10:00-11:00	Pilates 9:45-10:45	
		Informatika / Informática 11:00-13:00	Soinketa / Gimnasia 10:45-11:45	Informatika / Informática 11:00-12:00	Soinketa / Gimnasia 10:45-11:45	
	Oroimen Tailerra Taller de Memoria 16:00-17:30	Jostun lanak Taller de Labores 16:00-17:30	Euskara 11:30-13:00		Ehiziriak / Bolillos 16:00-19:00	
		Eskulanak / Manualidades 17:30-19:00	Oroimen Tailerra Taller de Memoria 16:00-17:30	Areto Dantza / Baile de Salón 17:00-18:00		
			Nola kudeatu gure emozioak Cómo gestionar nuestra emociones 17:30-19:30		Euskal Dantza 18:00-19:00	
			Ohiko Otargintza Cestería Tradicional 16:00-18:00		Ohiko Otargintza Cestería Tradicional 16:00-18:00	
<b>SAN JOSE</b> Kaputxinoak 943 52 22 80 clubsanjose43@yahoo.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 17:30-19:30 Astelehena eta osteguna Lunes y jueves	Soinketa / Gimnasia 9:15-10:15		Soinketa / Gimnasia 9:15-10:15	Marquetería 10:30-13:00		
		Kultura Orokorra Cultura General 16:00-18:00	Abesbatza / Coro 15:30-17:00			
	Oroimen Tailerra Taller de Memoria 17:45-19:45			Informatika / Informática 18:00-20:00		
<b>BETI BIZKOR</b> Olibet 943 51 93 86 betibizkor@gmail.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 11:00 a 13:00 Astelehenetik ostiralera De lunes a viernes	Pilates 9:00-10:00 10:00-11:00		Pilates 9:00-10:00 10:00-11:00			
	Antzerkia / Teatro 10:00-12:00	Soinketa / Gimnasia 9:30-10:30 10:30-11:30 11:30-12:30	Estimulazio kognitiboa Psicoestimulación cognitiva 10:15-11:45	Soinketa / Gimnasia 9:30-10:30 10:30-11:30 11:30-12:30	Marrasketa / Dibujo 10:30-12:30	
	Yoga 11:30-12:30 12:30-13:30	Tai-Chi 11:15-12:15 12:15-13:15	Yoga 11:30-12:30 12:30-13:30	Tai-Chi 11:15-12:15 12:15-13:15		
	Informatika / Informática 16:00-19:00	Informatika / Informática 16:00-19:00	Informatika / Informática 16:00-18:00	Informatika / Informática 16:00-18:00	Informatika / Informática 16:00-18:00	
	Frantsesa / Francés 16:00-17:30	Abesbatza / Coro 16:30-18:00	Margolaritza / Pintura Creativa 15:45-17:45	Kantua / Canto 16:00-17:30	Abesbatza / Coro 16:30-18:00	
	Jostun lanak Taller de Labores 16:00-18:00	Areto Dantza / Baile de Salón 16:00-17:00	Ingelesa / Inglés 16:00-17:00	Euskal Dantza / Bailes vascos 17:30-18:30		
	Tai-Chi 18:30-19:30	Nola kudeatu gure emozioak Cómo gestionar nuestra emociones 17:30-19:30	Euskara 17:00-18:00	Tai-Chi 18:30-19:30		
	Oroimen Tailerra Gimnasia Mental 18:30-20:00		Artearen Historia Hª del Arte 18:00-19:30	Oroimen Tailerra Gimnasia Mental 18:30-20:00	Artearen Historia Hª del Arte 18:00-19:30	
	Eskulanak / Manualidades 16:00-18:00					
<b>LA MAGDALENA</b> Alaberga 943 52 60 36 lamagdalenasn@gmail.com Bulegoko ordutegia /Horario oficina 17:00 - 19:00 Astelehena eta asteazkena Lunes y miércoles		Areto Dantza / Baile de Salón 17:00-18:30	Oroimen Tailerra Taller de Memoria 17:45-19:15	Euskara 17:00-18:00		