

Cursos i tallers

Abril-juny 2018

Inscripcions a partir del 7 de març



AJUNTAMENT DE
SantCugat

Cultura

casacultura:



Coneixement

Parlem d'història de l'art

Professora: Laura Llaneli
Del 9 d'abril al 11 de juny
CON01 · Dilluns, de 17.45 a 19.15 h
Preu: 75 € · 9 sessions
+ 1 sortida

Aprèn italià a través de l'art: Linguarte

Professora: Gisella Tiberio
Del 10 d'abril al 19 de juny
CON02 · Nivell 3 (tarda)
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Del 13 d'abril al 15 de juny
CON03 · Nivell 3 (matí)
Divendres, de 10.30 a 12.30 h
Del 12 d'abril al 14 de juny
CON04 · Nivell 6
Dijous, de 10.30 a 12.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

L'Odissea en italià (Linguarte)

Professora: Gisella Tiberio
Del 11 d'abril al 13 de juny
CON05 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Cinearte (Linguarte)

Professora: Gisella Tiberio
El 16 i 23 d'abril, el 14 i 21 de maig i l'11 i 20 de juny
CON06 · Dilluns i un dimecres, de 18 a 20.30 h
Preu: 57 € · 6 sessions

Sicilia mon amour, Montalbano sono! (Linguarte)

Professora: Gisella Tiberio
El 30 d'abril, el 28 de maig i el 18 de juny
CON07 · Dilluns, de 18 a 21 h
Preu: 34 € · 3 sessions

Tuto Arte Solo Arte! (Linguarte)

Professora: Gisella Tiberio
El 9 d'abril, el 7 de maig i el 4 de juny
CON08 · Dilluns, de 18 a 21 h
Preu: 34 € · 3 sessions

Conversa en francès* (nivell mitjà-alt)

Professora: Catherine Gascó
Del 9 d'abril al 18 de juny
CON09 · Grup A
Dilluns, de 17.30 a 19 h
CON10 · Grup B
Dilluns, de 19 a 20.30 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Conversations in English*

Professora: Linda Charlesworth
Del 12 d'abril al 14 de juny
CON11 · Intermediate
Dijous, de 18 a 19.30 h
CON12 · Upper intermediate / advanced
Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Literatura italiana

Professor: Francesco Luti
Del 10 d'abril al 19 de juny
CON13 · Dimarts, de 16.30 a 18 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Viatge a la Divina Comèdia "El Paraiso"

Professor: Francesco Luti
Del 10 d'abril al 19 de juny
CON14 · Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 70 € · 10 sessions

M'agrada escriure: les bases de la creació literària

Professora: Magdalena Albero
Del 18 d'abril al 13 de juny
CON15 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 54 € · 8 sessions

Història del Pròxim Orient: de l'antiguitat als nostres dies

Professor: Marc Oliveras
Del 9 d'abril al 18 de juny
CON16 · Dilluns, de 19 a 20.30 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Física i pintura al S.XX

Professor: Jesús Galech
Del 8 de maig al 19 de juny
CON17 · Dimarts, de 19 a 21 h
Preu: 78 € · 6 sessions

Expressió

Fotografia digital nivell II: retrat, paisatge, nocturna...

Professor: Ernest Brugué
Del 9 d'abril al 4 de juny
EXP01 · Dilluns, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 81 € · 8 sessions teòriques
+ 1 sortida (26 de maig a les 12 h)

Iniciació a la fotografia digital

Professor: Ernest Brugué
Del 12 d'abril al 31 de maig
EXP02 · Dijous, de 19 a 21 h
Preu: 81 € · 8 sessions teòriques
+ 1 sortida (26 de maig a les 10 h)

Per tal de realitzar els cursos, s'haurà de disposar d'una càmera rèflex.

Fotografia d'espectacles: ballada de l'Esbart (Andança a Plaça)

Professor: Marc Quèvy
Amb la col·laboració de l'Esbart Sant Cugat
Del 28 de maig al 4 de juny
EXP03 · Dilluns, de 19 a 21.30 h
Preu: 50 € · 2 sessions
+ 1 sortida (2 de juny)

Recursos

Patronatge i confecció

Professora: Sílvia Pérez
Del 9 d'abril al 18 de juny
REC01 · Matí
Dilluns, d'11 a 13 h
REC02 · Tarda
Dilluns, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 83 € · 10 sessions
Aula oberta de costura per als alumnes. Informa-te'n!
Matí: dilluns, de 10 a 11 h
Vespre: dilluns, de 19.30 a 20.30 h

Cosim a màquina

Professora: Caterina Pérez
Del 11 d'abril al 13 de juny
REC03 · Fem un bolso
Dimecres, de 17 a 19 h
REC04 · Nivell III
Dimecres, de 19 a 21 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Patchwork

Professora: M. Pilar Cruz
Del 10 d'abril al 19 de juny
REC05 · Dimarts, de 17 a 19 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Ganxet

Professora: Elisenda Sitjà
Del 12 d'abril al 10 de maig
REC06 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 5 sessions

Ganxet

Professora: Elisenda Sitjà
Del 17 de maig al 14 de juny
REC07 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 5 sessions

Informàtica i noves tecnologies

Iniciació a la informàtica: continuació

Professora: Marisol Rovira
Del 9 d'abril al 18 de juny
INF01 · Dilluns, de 9.30 a 11.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Fes la teva pàgina web amb Wordpress I

Professora: Maria Vancells
Del 10 d'abril al 15 de maig
INF02 · Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Fes la teva pàgina web amb Wordpress II

Professora: Maria Vancells

Del 22 de maig al 19 de juny

INF03 · Dimarts, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Fes la teva pàgina web amb Wordpress III

Professora: Maria Vancells

Del 19 d'abril al 17 de maig

INF04 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Iniciació

Professora: Marisol Rovira

De l'11 d'abril al 9 de maig

INF05 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Continuació

Professora: Marisol Rovira

Del 16 de maig al 13 de juny

INF06 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Fes el teu bloc de fotografia

Professora: Maria Vancells

Del 9 d'abril al 14 de maig

INF07 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Ús de les noves tecnologies

Professora: Marisol Rovira

Del 8 de maig al 5 de juny

INF08 · Dimarts, de 10 a 12 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Fes el teu Newsletter

Professora: Maria Vancells

Del 21 de maig al 11 de juny

INF09 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 36 € · 4 sessions

**Crea la teva botiga online:
curs de E-Commerce 1**

Professora: Maria Vancells

Del 24 de maig al 21 de juny

INF10 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

(Calen coneixements de Wordpress)

Benestar i creixement personal**Massatges per a nadons**

Professora: Laia Arnau

Del 26 d'abril al 14 de juny

CRE01 · Dijous, de 12.30 a 13.30 h

Preu: 54 € · 6 sessions

Intel·ligència emocional

Professora: Lilianna Patricia Aguayo

Del 9 d'abril al 18 de juny

CRE02 · Dilluns, de 19 a 21 h

Preu: 100 € · 10 sessions

Coaching

Professora: Lilianna Patricia Aguayo

De l'11 d'abril al 13 de juny

CRE03 · Dimecres, de 10.30 a 12.30 h

Preu: 100 € · 10 sessions

Alimentació sana i remeis naturals

Professor: Josep Arnau Vicent

Quins són els secrets per perdre pes

CRE04 · Dijous 31 de maig, de 19 a 20.30 h

Gasos, panxa inflada

CRE05 · Dijous 7 de juny, de 19 a 20.30 h

Intoleràncies alimentàries

CRE06 · Dijous 14 de juny, de 19 a 20.30 h

Preu: 9 €/sessió

Pilates*

Professora: Itziar Fenollar

Del 4 d'abril al 20 de juny

CRE07 · Grup A: dilluns i dimecres, de 8.15 a 9.15 h

CRE08 · Grup B: dilluns i dimecres, de 9.15 a 10.15 h

Preu: 143 € · 22 sessions

Del 3 d'abril al 21 de juny

CRE09 · Grup C: dimarts i dijous, de 9 a 10 h

CRE10 · Grup D: dimarts i dijous, de 18.30 a 19.30 h

CRE11 · Grup E: dimarts i dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 150 € · 23 sessions

Del 4 d'abril al 20 de juny

CRE12 · Grup F

Dimecres, de 17.30 a 18.30 h

CRE13 · Grup G

Dimecres, de 18.30 a 19.30 h

CRE14 · Grup H

Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 78 € · 12 sessions

Feldenkrais

Professora: Itziar Fenollar

Del 10 d'abril al 19 de juny

CRE15 · Grup A: dimarts, de 10 a 11 h

Preu: 73 € · 10 sessions

Del 12 d'abril al 21 de juny

CRE16 · Grup B: dijous, de 10 a 11 h

Preu: 80 € · 11 sessions

Taller de Feldenkrais

Professora: Itziar Fenollar

Una esquena més flexible

CRE17 · Dissabte 7 d'abril, de 10 a 11.30 h

La pelvis, un suport pel moviment

CRE18 · Dissabte 28 d'abril, de 10 a 11.30 h

Alliberant el coll i les espatlles

CRE19 · Dissabte 5 de maig, de 10 a 11.30 h

Des dels peus en moviment

CRE20 · Dissabte 12 de maig, de 10 a 11.30 h

Mou-te amb fluïdesa i sense dolor

CRE21 · Dissabte 2 de juny, de 10 a 11.30 h

La funció de la respiració

CRE22 · Dissabte 16 de juny, de 10 a 11.30 h

Preu: 11 €/sessió

Monogràfics**Art floral: ram de flor fresca**

Professora: Bet Morató

MON01 · Dimarts 24 d'abril, de 19.15 a 21.15 h

Preu: 15 € + 12 € material

Taller de transferència d'imatges

Professora: Anna Bustins

MON02 · Dissabte 12 de maig, d'11 a 13.30 h

Preu: 12 € + 9 € material

Art floral: centre de taula amb flor fresca

Professora: Bet Morató

MON03 · Dimarts 15 de maig, de 19.15 a 21.15 h

Preu: 15 € + 12 € material

Art floral: garlandes amb flor fresca

Professora: Bet Morató

MON04 · Dimarts 29 de maig, de 19.15 a 21.15 h

Preu: 15 € + 12 € material

Art floral: joies florals, coronetes, collarets i polseres amb flor fresca

Professora: Bet Morató

MON05 · Dimarts 12 de juny, de 19.15 a 21.15 h

Preu: 15 € + 12 € material

Taller de Scrapbooking

Professora: Anna Bustins

MON06 · Dissabte 16 de juny, d'11 a 13.30 h

Preu: 12 € + 10 € material

xaletnegre:

casal torreblanca:

Coneixement

Cinema japonès

Professor: Guillermo Triguero
Del 17 d'abril al 12 de juny
XN01 · Dimarts, de 19 a 21 h
Preu: 72 € · 8 sessions

Tertúlia literària en francès

Professora: Catherine Gascó
El 19 d'abril, el 17 de maig i el 21 de juny
XN02 · Dijous, de 18.30 a 20 h
Preu: 23 € · 3 sessions

Curs de filosofia: camins cap a una vida sàvia

Professor: Nacho Bañeras, de Cura Sui
Del 3 de maig al 14 de juny
XN03 · Dijous, de 19 a 21 h
Preu: 70 € · 7 sessions

Travel & english

Professora: Julia Ofner
Del 15 de maig al 12 de juny
XN04 · Dimarts, de 19 a 21 h
Preu: 50 € · 5 sessions

Benestar i creixement personal

Tai Txi-Txi Kung

Professora: Maite Fruitós
Del 12 d'abril al 14 de juny
XN05 · Grup 1
Dijous, de 9 a 10 h
XN06 · Grup 2
Dijous, de 10 a 11 h
Professora: Marta Fernández
Del 9 d'abril al 18 de juny
XN07 · Grup 3
Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 65 € · 10 sessions

Mindfulness

Professora: Anna Coderch
Del 9 d'abril al 18 de juny
XN08 · Dilluns, de 9.30 a 11 h
Del 12 d'abril al 14 de juny
XN09 · Dijous, de 19 a 20.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Cuidem l'esquena

Amb la col·laboració de Cavis
Del 12 d'abril al 14 de juny
XN10 · Dijous, d'11.15 a 12.15 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Expressió

Salsa cubana

Professor: Raimond Lahera
Del 11 d'abril al 13 de juny
XN11 · Nivell 3
Dimecres, de 19.15 a 20.15 h
XN12 · Nivell 2
Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 55 € · 10 sessions

Teatre! Sortim de la zona de confort

Professor: Francesc Abril
Amb la col·laboració de Platea
Del 9 d'abril al 18 de juny
XN13 · Dilluns, de 20.30 a 22 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Funky

Professora: Lali Ribalta
Del 12 d'abril al 14 de juny
XN14 · Dijous, de 19 a 20 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Expressió

Lindy Hop (ball swing)

A càrrec de Fem Lindy, Roser Ros i Pep Farré

Del 9 d'abril al 18 de juny
EXP01 · Nivell 3
Dilluns, de 18 a 19 h
EXP02 · Nivell 3
Dilluns, de 19 a 20 h
EXP03 · Nivell 6
Dilluns, de 19 a 20 h
EXP04 · Intermedi 2
Dilluns, de 20 a 21 h
EXP05 · Nivell intermedi-avançat
Dilluns, de 20 a 21 h
EXP06 · Nivell avançat
Dilluns, de 21 a 22 h
EXP07 · Nivell 2
Dilluns, de 21 a 22 h

Del 10 d'abril al 19 de juny
EXP08 · Iniciació
Dimarts, de 19 a 20 h
EXP09 · Iniciació
Dimarts, de 20 a 21 h

Del 13 d'abril al 15 de juny
EXP10 · Nivell 6
Divendres, de 19 a 20 h
EXP11 · Intermedi 1
Divendres, de 20 a 21 h
EXP12 · Nivell 5
Divendres, de 21 a 22 h
Preu: 55 € · 10 sessions

Del 14 d'abril al 9 de juny

EXP13 · Nivell 4
El 14 d'abril, 5 i 12 de maig, i 2 i 9 de juny
Dissabte, de 18 a 20 h
Preu: 55 € · 5 sessions

Jazz steps

A càrrec de Fem Lindy
Del 9 d'abril al 18 de juny
EXP14 · Dilluns, de 18 a 19 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Dansa africana

A càrrec de l'Associació Afro Alamuta
Del 10 d'abril al 19 de juny
EXP15 · Grup I
Dimarts, de 20.15 a 21.45 h
Del 12 d'abril al 14 de juny
EXP16 · Grup II
Dijous, de 19.15 a 20.45 h
EXP17 · Grup III
Dijous, de 20.45 a 22.15 h
Preu: 83 € · 10 sessions

Dansa contemporània

Professora: Alba Sanmartí
Del 4 d'abril al 6 de juny
EXP18 · Dimecres, de 18.45 a 20.15 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Zumba*

Professora: Alba Calero
Del 3 d'abril al 12 de juny
EXP19 · Grup I
Dimarts, de 19 a 20 h
Del 5 d'abril al 7 de juny
EXP20 · Grup II
Dijous, de 20 a 21 h
EXP21 · Grup III
Dijous, de 21 a 22 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Benestar i creixement personal

Ioga kundalini*

Professor: Àlex Yeste
Del 4 d'abril al 6 de juny
CRE01 · Dimecres, de 20.30 a 22 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Ioga hatha*

Professores:
Anna Rafanell (matins) i Aida Mestres (tardes)
Del 3 d'abril al 12 de juny
CRE02 · Grup 1
Dimarts, de 9 a 10 h
CRE03 · Grup 2
Dimarts, de 14.15 a 15.15 h
CRE04 · Grup 3
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
Del 5 d'abril al 7 de juny
CRE05 · Grup 4
Dijous, de 9 a 10 h

Lindy Hop: ballades a la plaça: el 15 d'abril, 20 de maig (música en directe) i 17 de juny (música en directe) de 12 a 14 h.

CRE06 · Grup 5
Dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Ioga per a embarassades
Professora: Anna Rafanell
Del 4 d'abril al 6 de juny
CRE07 · Dimecres, de 16 a 17 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva
Professora: Maialen Nabarro
Del 9 d'abril al 14 de maig
CRE08 · Grup matí
Dilluns, de 10 a 11 h

Del 4 d'abril al 2 de maig
CRE09 · Grup tarda
Dimecres, de 17 a 18 h

Del 21 de maig al 18 de juny
CRE10 · Grup matí
Dilluns, de 12 a 13 h
Preu: 30 € · 5 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Nivell II
Professora: Maialen Nabarro
Del 21 de maig al 18 de juny
CRE11 · Dilluns, de 10 a 11 h
Del 9 de maig al 6 de juny
CRE12 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 30 € · 5 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Manteniment
Professora: Maialen Nabarro
Del 4 d'abril al 6 de juny
CRE13 · Dimecres, de 18 a 18.45 h
Del 5 d'abril al 7 de juny
CRE14 · Dijous, d'11.30 a 12.15 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva amb nadons
Professora: Maialen Nabarro
Del 9 d'abril al 14 de maig
CRE15 · Dilluns, d'11 a 12 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Gimnàstica postpart amb nadons
Professora: Maialen Nabarro
Del 5 d'abril al 3 de maig
CRE16 · Dijous, de 10.30 a 11.30 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Activitat física suau
Professora: Berta Gómez
Del 3 d'abril al 12 de juny
CRE17 · Grup 1
Dimarts, de 10.15 a 11.15 h
Del 5 d'abril al 7 de juny
CRE18 · Grup 2
Dijous, de 10.15 a 11.15 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Monogràfics

Passos a cabassos: Lindy hop
Professors: Roser Ros i Pep Barrachina
MON01 · Dissabte 21 d'abril, de 17 a 20 h
Preu: 20 €

Shim Sham (Charleston)
Professora: Roser Ros
MON02 · Dissabte 12 de maig, de 17 a 19 h
Preu: 12 €

Twist i variacions
Professora: Roser Ros
MON03 · Dissabte 12 de maig, de 19.15 a 20.45 h
Preu: 9 €

Dansa africana amb dunduns
A càrrec de l'Associació Afro Alamuta
MON04 · Dissabte 26 de maig, de 17 a 21 h
Preu: 22 €

Balla Charleston
Professora: Roser Ros
MON05 · Dissabte 9 de juny, de 12 a 14 h
Preu: 12 €

Shim Sham (Charleston)
Professora: Roser Ros
MON06 · Dissabte 9 de juny, de 17 a 19 h
Preu: 12 €

Infància

Música en família*
Professora: Anna Roig Dolz de Creixendo
Dissabte 7 i 28 d'abril, 26 de maig i 16 de juny
INF01 · Mou la música I (nascuts el 2016): de 10 a 10.45 h
INF02 · Mou la música II (nascuts el 2015): d'11 a 11.45 h
INF03 · Creix la música I (nascuts 2014): de 12 a 12.45 h
INF04 · Creix la música II (nascuts el 2012 i 2013): de 13 a 13.45 h
Preu: 34 € per infant · 4 sessions

Pinta la música: primavera
Professora: Anna Roig Dolz
INF05 · Divendres 11 de maig, de 18 a 19.30 h
Preu: 13 € + 10 € de material

Pinta la música: estiu
INF06 · Divendres 15 de juny, de 18 a 19.30 h
Edat: 2 a 5 anys
Preu: 13 € + 10 € de material

Massatge amb cançons (Primera part)
Professora: Anna Roig Dolz
INF07 · Divendres 11 de maig, de 16.30 a 18 h

Massatge amb cançons (Segona part)
Professora: Anna Roig Dolz
INF08 · Divendres 15 de juny, de 16.30 a 18 h
Edat: 0 a 9 mesos
Preu: 13 € + 25 € de material (si es fa un monogràfic)/
(si es fa els dos monogràfics 30 € de material)

★ Aula Gastronòmica ★



CICLES DE CUINA

CUINA CREATIVA

Cuina tradicional amb estrella
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
Del 9 d'abril al 23 d'abril
CUI01 · Dilluns, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 59 € + 30 € material
3 sessions

Cuines del món amb estrella
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
Del 9 d'abril al 23 d'abril
CUI02 · Dilluns, de 19 a 22 h
Preu: 59 € + 30 € material
3 sessions
Possibilitat d'inscriure's per sessions individuals

Japó
CUI03 · 9 d'abril
Preu: 20 € + 17 € material

Tailàndia
CUI04 · 16 d'abril
Preu: 20 € + 17 € material

Mèxic
CUI05 · 23 d'abril
Preu: 20 € + 17 € material

Cuina de primavera amb estrella
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
CUI06 · Dijous 5 d'abril, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Cuina vegetariana amb estrella
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
CUI07 · Dijous 19 d'abril, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Cuina d'avantguarda
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
Del 28 de maig al 18 de juny
CUI08 · Dilluns, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 78 € + 40 € material
4 sessions

Bacallà
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
CUI09 · Dilluns 28 de maig, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Cuinem amb foie
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
CUI10 · Dilluns 4 de juny, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Food experience: 2 plats a 4 mans, 3 estrelles michelin
Professors: Sue Chávez i Francesc Danés
Xefs al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
CUI11 · Dilluns 11 de juny, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Tàntans i ceviches
Professor: Francesc Danés
Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda
CUI12 · Dilluns 18 de juny, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material



CUINA TRADICIONAL I DE MERCAT

Verdures i llegums, carns, peixos, arrissos, fideuàs i pastes

Professor: Jean Claude Aranega
Del 3 d'abril al 8 de maig
CUI13 · Dimarts, de 19 a 22 h
Preu: 83 € + 30 € material
5 sessions

Cuina provençal

Professor: Jean Claude Aranega
CUI14 · Dimarts 15 de maig, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Plats de mar i muntanya

Professor: Jean Claude Aranega
CUI15 · Dimarts 22 de maig, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Taller de carns

Professor: Jean Claude Aranega
CUI16 · Dimarts 29 de maig, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Cuina de Llevant

Professor: Jean Claude Aranega
CUI17 · Dimarts 5 de juny, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material



Taller de peixos

Professor: Jean Claude Aranega
CUI18 · Dimarts 12 de juny, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

PASTISSERIA I REBOSTERIA

Pasta Choux: profiterols i éclairs

Professor: Laurier Ngilimana
CUI19 · Divendres 4 de maig, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 6 € material

Postres de còctel

Professora: Clara Alsina
CUI20 · Divendres 18 de maig, de 18 a 21 h
Preu: 20 € + 5 € material

Postres japonesos

Professora: Clara Alsina
CUI21 · Divendres 8 de juny, de 18 a 21 h
Preu: 20 € + 5 € material



CUINA SALUDABLE

Receptes amb maduixes i cireres

Professora: Maria Alcolado
CUI22 · Divendres 1 de juny, de 18 a 21 h
Preu: 20 € + 6 € material

Orxates i begudes vegetals

Professora: Maria Alcolado
CUI23 · Divendres 15 de juny, de 18 a 21 h
Preu: 20 € + 8 € material

Cuina durant el càncer

A càrrec de l'Associació Oncològica Integrativa
Professor: Gabor Smit

Cuina pels efectes secundaris de la quimioteràpia
CUI24 · Dijous 12 d'abril, de 17.30 a 20.30 h

Cuina per relaxar el sistema nerviós i descansar millor
CUI25 · Dijous 10 de maig, de 17.30 a 20.30 h

Cuinar crudivegana per l'estiu
CUI26 · Dijous 7 de juny, de 17.30 a 20.30 h
Preu: 20 € + 10 € material / sessió



CUINA TEMÀTICA

Plats per 1€

Professora: Clara Simó de Quins Fogons
CUI27 · Divendres 6 d'abril, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 6 € material

Taller de pa sense gluten

Professor: Jordi Bosch de Mamafermenta
CUI28 · Divendres 20 d'abril, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 15 € + 3 € material

Les receptes no tenen gluten, encara que NO es pot assegurar que no se n'hi pugui trobar una mica a causa d'una possible contaminació creuada

Introducció a l'elaboració de productes fermentats

Professors: Bernat Guixer i Prabhu Sukh
CUI29 · Dissabte 28 de d'abril, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 6 € material

Faves, pèsols i altres hortalisses de primavera

Professor: Manel Guirado
Amb la Col·laboració de L'Ortiga
CUI30 · Dimecres 9 de maig, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € de material

Taller de pa dolç sense gluten

Professor: Jordi Bosch de Mamafermenta
CUI31 · Divendres 11 de maig, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 15 € + 3 € material

Les receptes no tenen gluten, encara que NO es pot assegurar que no se n'hi pugui trobar una mica a causa d'una possible contaminació creuada



Cuina exprés

Professora: Clara Simó de Quins Fogons
CUI32 · Dilluns 14 de maig, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 6 € material

Taller de pizza sense gluten

Professor: Jordi Bosch de Mamafermenta
CUI33 · Dilluns 21 de maig, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 15 € + 3 € material

Les receptes no tenen gluten, encara que NO es pot assegurar que no se n'hi pugui trobar una mica a causa d'una possible contaminació creuada

Formatges i fogons

Professors: Manel Guirado i Kike Ojanguren
CUI34 · Dijous 31 de maig, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Arrissos: com fer un arròs guanyador

Professor: Manel Guirado
CUI35 · Dissabte 16 de juny, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 15 € material

Fes la teva coca de Sant Joan

Professora: Marina Antúnez de Quins Fogons
CUI36 · Divendres 22 de juny, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 5 € material



ENS MENGEM EL MÓN

Cuina de la Costa de Marfil

Professor: Laurier Ngilimana

Xef al restaurant la Camarga

CUI37 · Divendres 27 d'abril, de 19 a 21.30 h

Preu: 17 € + 8 € material

Cuina criolla

Professora: Agnès Dapère

CUI38 · Dissabte 5 de maig, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 20 € + 12 € material

Sushi per a principiants

Professor: Manel Guirado

CUI39 · Divendres 25 de maig, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 15 € material

Cuina cajun

Professora: Agnès Dapère

CUI40 · Dissabte 26 de maig, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 20 € + 10 € material

Pinxos del món

Professora: Agnès Dapère

CUI41 · Dissabte 9 de juny, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 20 € + 10 € material

Acompanyaments i espècies asiàtiques

Professor: Laurier Ngilimana

Xef al restaurant la Camarga

CUI42 · Dimecres 13 de juny, de 19 a 21.30 h

Preu: 17 € + 8 € material

Sushi nivell intermig

Professor: Francesc Danès

Xef al Restaurant Sant Pau de Carme Ruscalleda

CUI43 · Dijous 21 de juny, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 15 € material

ELS 10 MILLORS

Els 10 millors formatges de Catalunya

Professor: Kike Ojanguren

CUI44 · Dissabte 12 de maig, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 20 € + 17 € material

Els 10 millors vins negres de Catalunya

Professor: Manel Guirado

CUI45 · Dijous 17 de maig, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 17 € material

Les 10 millors cerveses artesanes de Catalunya

Professor: Kike Ojanguren

CUI46 · Dissabte 2 de juny, de 10.30 a 13.30 h

Preu: 20 € + 17 € material

VINS, CERVESES I MARIDATGES

Ràpida introducció al món del vi

Professor: Manel Guirado

CUI47 · Dimecres 4 d'abril, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 15 € material

4 sessions

Tast de vins: les varietats i els seus orígens: noves varietats de la península ibèrica

Professor: Manel Guirado

De l'11 d'abril al 2 de maig

CUI48 · Dimecres, de 19.30 a 21.30 h

Preu: 40 € + 15 € material

4 sessions

Maridatge de formatges & fruita

Professor: Kike Ojanguren

CUI49 · Divendres 13 d'abril, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 15 € material

Introducció a la cervesa artesana: elaboració i tast

Professors: Anton Sabariego (L'Estupenda) i Enric Fabre (Sanglaris)

CUI50 · Dissabte 14 d'abril, de 10.30 a 13.30 h

i dijous 3 de maig, de 19 a 21 h

Preu: 33 € + 10 € material · 2 sessions

Maridatges BBB "Bueno, bonito y barato"

Professor: Manel Guirado

Del 16 de maig al 6 de juny

CUI51 · Dimecres, de 19.30 a 21.30 h

Preu: 40 € + 33 € material

4 sessions

Maridatge estiuenç

Professor: Manel Guirado

CUI52 · Dijous 14 de juny, de 19 a 22 h

Preu: 20 € + 17 € material

TALLERS FAMILIARS

Plats per a sortides i excursions en família

Professora: Sol Peñafiel

CUI53 · Dissabte 14 d'abril, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 17 € + 5 € material (matrícula per nen/a i un acompanyant)

Cuina lleugera d'estiu amb els petits

Professora: Sol Peñafiel

CUI54 · Dissabte 19 de maig, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 17 € + 5 € material (matrícula per nen/a i un acompanyant)

Vins Noe ofereix un descompte per als alumnes en la compra d'alguns dels vins utilitzats ens els taller de l'aula gastronòmica



L'ortiga patrocina el curs de faves aportant part del material utilitzat.



PÍNDOLES ALS BARRIS*

Novetats del Programa de Garantia Juvenil
A càrrec de Roser Adell, impulsora del programa

#GarantiaJuvenilCat
**Apunta't a la
Garantia
Juvenil**

16 - 29
anys

Casal Mira-sol

OHJ05 · Dimecres 4 d'abril, a les 18 h

Casal Les Planes

OHJ06 · Dimecres 11 d'abril, a les 18 h

Casino La Floresta

OHJ07 · Dimecres 18 d'abril, a les 18 h

TALLERS

Hip Hop

A càrrec d'Emma Pintor

+ 12
anys



OHJ08 · Dijous 17, 24 i 31 de maig i 7, 14 i 21 de juny
Preu: 27 €



WhatsApp: 667 410 731

www.oficinajove.santcugat.cat

Horaris d'atenció: de dilluns a dijous, de 10 a 14 h
i de 16 a 19.30 h. Divendres, de 10 a 14 h
Telèfon: 93 544 19 65

PÍNDOLES (*)

Cerca feina de temporada per l'estiu

A càrrec de Cristina Caterineu

+ 16
anys



Assessoria Laboral

OHJ01 · Dijous 19 d'abril, i 24 de maig
de 18 a 19.30 h

Com ens comuniquem amb els nostres pares?

A càrrec de Bàrbara Rabinad

+ 12
anys



Assessoria d'Orientació Personal

OHJ02 · Dimecres 25 d'abril, de 18 a 19.30 h

Què fer després de l'ESO o Batxillerat?

Vine, informa't i pre inscriu-te a Cicles

Formatius de Grau Mitjà i Superior

A càrrec de Joana Casteleiro

+ 16
anys



Assessoria Acadèmica

OHJ03 · Dijous 17 de maig, de 17.30 h a 19 h

Organitza't les vacances amb pocs recursos!

Coneix les opcions per fer viatges low cost

A càrrec de Chanine Boots

+ 18
anys



Assessoria de Mobilitat Internacional

OHJ04 · Dimarts 29 de maig, de 18 a 19.30 h

Fast & healthy food, cuina per a joves

A càrrec de Sol Peñafiel de Cooking Languages

+ 12
anys



OHJ09 · Dissabtes, 28 d'abril 12 i 19 de maig,
d'11 a 14 h

Preu: 32 € + 20 € material

ACTIVITATS PER A ADULTS*

Alineant valors. Per a què ens serveixen?

A càrrec de Liliana Patricia Aguayo,
Psicòloga especialista en desenvolupament
personal i organitzacional

OHJ10 · Dijous 12 d'abril, de 17.30 a 19 h

Casal Les Planes

El consum de drogues com a símptoma

A càrrec de Xavier Vaquero

Assessoria sobre drogues a joves i famílies

OHJ11 · Dimarts 24 d'abril, de 19 a 20.30 h

Casal Torreblanca

Com influeixen les meves creences.

**Les creences ens marquen camins. Quan cal
canviar-les?**

A càrrec de Liliana Patricia Aguayo,
Psicòloga especialista en desenvolupament
personal i organitzacional

OHJ12 · Dijous 10 de maig, de 17.30 a 19.30 h

Casal Les Planes

Afrontant els canvis de l'adolescència

A càrrec de Liliana Patricia Aguayo

Psicòloga especialista en desenvolupament
personal i organitzacional

OHJ13 · Dijous 7 de juny, de 17.30 a 19.30 h

Casal Les Planes

al teu institut

Oh!J



Ens trobaràs al teu institut

Aprofita per resoldre els teus dubtes i
per apuntar-te a les activitats!

Institut Angeleta Ferrer: dimarts, d'11 a 11.30 h

Institut Arnau Cadell: dimecres, de 10 a 10.20 h

Institut Leonardo da Vinci: dimecres, d'11 a 11.30 h

Institut Joaquina Pla i Farreras: dijous, d'11 a 11.30 h

(*) **Activitats gratuïtes - Cal inscripció prèvia a:**
oficinajove@santcugat.cat o via WhatsApp

FORMACIÓ

Cursos
Monogràfics
Masterclass, xerrades i debats

SERVEIS

Bucs d'assaig
Estudi de gravació

INFORMACIÓ I ASSESSORAMENT MUSICAL

Atenció personalitzada i gratuïta per a músics

PROGRAMACIÓ

Organització i producció de concerts

PROMOCIÓ I DIFUSIÓ

dels projectes musicals de les formacions locals

oficinamusical@santcugat.cat



Primers passos: So i vídeo

Professor: Jordi Portales



PUA05 · Dimecres 25 d'abril, de 19 a 21 h
Preu: Gratuït

Muntatge i afinació de la bateria

Professor: Miguel Ballester



PUA08 · Dimecres 23 de maig, de 19 a 21.30 h
Preu: 23 €

Il·luminació de concerts

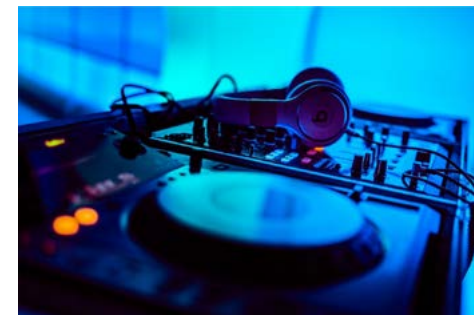
Professor: Bernat Lluell



PUA06 · Divendres 11 de maig, de 18 a 02 h
Preu: 35 € (inclou pràctica durant un concert en directe)

Taller de Dj amb Christian Hook

Professor: Christian Hook



PUA09 · Dissabte 26 de maig, de 10.30 a 14 h
Preu: 25 €

Iniciació al Qlab

Professor: Bernat Lluell



PUA07 · Dimecres 16 de maig, de 19 a 21 h
Preu: 18 €

Xerrades

El Funk segons Lalo López



PUA10 · Dijous 14 de juny, de 18.30 a 20.30 h
Preu: Gratuït

Cursos

Percussió corporal nivell intermedi avançat

Professora: Anna Llobart

Del 9 d'abril al 18 de juny

PUA01 · Dilluns, de 10 a 11.30 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Percussió corporal nivell inicial

Professora: Anna Llobart

Del 9 d'abril al 18 de juny

PUA02 · Dilluns d'11.30 a 13 h

Preu: 90 € · 10 sessions



Tallers

Construcció i gestió d'equips de so artesanals (Sound System)

Professor: Kram Metsys (Dub Soul)



PUA03 · Dimecres 18 d'abril, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 12 €

Veus amb Soul

Professora: Marina Bbface Torres



PUA04 · Dissabtes 14 i 21 d'abril, de 10 a 14 h
Preu: 68 € · 2 sessions

centre d'art
maristany:

Art. Creació, coneixement i aprenentatge

Procediments pictòrics

La mirada porosa
 Professora: Mercedes Mangrané
 Del 6 d'abril al 8 de juny
 ART01 · Divendres, de 10 a 13 h
 Preu: 126 € · 9 sessions +
 Masterclass 15 de juny
 a càrrec de Patricia Fernández

**Del dibuix a la pintura:
 idea, mètode i procés**
 Professor: Francesc Ruiz Abad
 Del 4 d'abril al 6 de juny
 ART02 · Dimecres, de 10 a 13 h
 Preu: 126 € · 10 sessions

**Pintura a l'aire lliure:
 de l'Urban sketching al
 Plenairisme**

Professor: Francesc Ruiz Abad
 Del 9 d'abril al 18 de juny
 ART03 · Dilluns, de 10 a 13 h
 Preu: 126 € · 10 sessions

**Cal·ligrafia itàlica: de la
 ploma metàl·lica al pinzell**

Professora: Gina Serret
 Del 4 d'abril al 2 de maig
 ART04 · Dimecres, de 18 a 21 h
 Preu: 67 € + 16 € material
 5 sessions

Això és Art?

Les pràctiques en la cultura visual dels anys '70 fins a l'actualitat, resseguint els principals moviments que s'originen a partir de l'art conceptual
 Professora: Helena Rotés
 Del 9 de maig al 6 de juny
 ART05 · Dimecres, de 18 a 20 h
 Preu: 40 € · 5 sessions

Aigua, color i tres dimensions. Percepció i representació de l'entorn

Professor: Xavier Orenes
 Del 5 d'abril al 7 de juny
 ART06 · Dijous, de 18.30 a 21 h
 Preu: 105 € · 9 sessions +
 Masterclass 26 d'abril
 a càrrec de Marta Jarque

L'accident cadmi: color i els seus límits!

Professor: Marc Badia
 Del 3 d'abril al 12 de juny
 ART07 · Dimarts, de 18.30 a 21 h
 Preu: 105 € · 10 sessions

Dibuix i color

Professora: Maria Roldan
 Del 3 d'abril al 12 de juny
 ART08 · Dimarts, de 10 a 13 h
 Preu: 126 € · 9 sessions +
 Masterclass 5 de juny
 a càrrec d'Estela Ortiz

Figura humana amb model

Professora: Maria Roldan
 Del 5 d'abril al 7 de juny
 ART09 · Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 126 € + 38 € material
 10 sessions

Els rostres del retrat. Exploració plàstica i recursos

Professor: Xavier Gabriel-Puiggrós
 Del 9 d'abril al 18 de juny
 ART10 · Dilluns, de 18 a 21 h
 Preu: 126 € · 10 sessions

Llenguatge, entre l'aigua i el paper

Professora: Alejandra Atarès
 Del 9 d'abril al 18 de juny
 ART11 · Dilluns, de 10 a 13 h
 Preu: 126 € · 9 sessions +
 Masterclass 7 de maig
 a càrrec d'Aleksandra Kopff

Window

Viure l'art amb altres capacitats
 Professors: Gusti, Isma i Inge Nouws
 Del 6 d'abril al 8 de juny
 ART12 · Divendres, de 18 a 20 h
 Preu: 70 € · 10 sessions

Tallers per tothom**Gaudint del cinema: "El futur ara. Una postura del cinema independent"**

A càrrec de Pablo Ariel
 ART13 · Dissabte 14 d'abril, d'11 a 13 h
 Preu: 8 € · 1 sessió

Masterclass

Sense cost addicional per als alumnes del Centre d'Art Maristany i Casa Aymat
Preu per a no alumnes: 12 € per masterclass

Què podem aprendre de l'art outsider?

A càrrec d'Aleksandra Kopff
 Dilluns 7 de maig, de 10 a 13 h

Retrat pictòric: tècnica i concepte

A càrrec d'Estela Ortiz
 Dimarts 5 de juny, de 10 a 13 h

Del dibuix a la seqüència

A càrrec de Patricia Fernández
 Divendres 15 de juny, de 10 a 13 h

Retrat a color

A càrrec de Marta Jarque
 Dijous 26 d'abril, de 18.30 a 21 h

No ets alumne del Centre d'Art Maristany i t'agradaria assistir a una masterclass? Amb una inscripció de 12 € podràs venir a gaudir d'aquestes. Informa't del sistema de funcionament per telèfon o per mail: 93 165 85 89 – maristany@santcugat.cat



Art. Creació, coneixement i aprenentatge

Escultura

Professor: Pere Borrat

Del 3 d'abril al 19 de juny

CA01 · Grup A

Dimarts, de 10 a 13 h

Del 5 d'abril al 14 de juny

CA02 · Grup B

Dijous, de 10.30 a 13.30 h

Del 4 d'abril al 13 de juny

CA03 · Grup C

Dimecres, de 17 a 20 h

Preu: 138 € · 11 sessions

Iniciació a la ceràmica

Professora: Lola Gratacós

Del 9 d'abril al 18 de juny

CA04 · Dilluns, de 10 a 13 h

Preu: 126 € + 4 € material

10 sessions

Ceràmica

Professora: Lola Gratacós

Del 5 d'abril al 14 de juny

CA05 · Grup A

Dijous, de 10 a 13 h

Preu: 138 € + 4 € material

10 sessions + Masterclass

3 de maig a càrrec

d'Aleksandra Kopff

Del 5 d'abril al 14 de juny

CA06 · Grup B

Dijous, de 18 a 21h

Preu: 138 € + 4 € material

11 sessions

Del 6 d'abril al 15 de juny

CA07 · Grup C

Divendres, de 17 a 20 h

Preu: 138 € + 4 € material

11 sessions

Del 4 d'abril al 13 de juny

CA08 · Grup D

Dimecres, de 10 a 13 h

Preu: 138 € + 4 € material

11 sessions

Ceràmica

Professora: Sandra Rubio

Del 3 d'abril al 12 de juny

CA09 · Grup E

Dimarts, de 18 a 21h

Preu: 126 € + 4 € material

9 sessions + Masterclass

17 d'abril a càrrec

d'Aleksandra Kopff

Iniciació als esmalts d'alta temperatura

Professora: Sandra Rubio

Del 7 de maig al 28 de maig

CA10 · Dilluns, de 18 a 21 h

Preu: 48 € + 10 € material

4 sessions

Espai modelat

Professora: Maria Roldán

Del 4 d'abril al 13 de juny

CA11 · Dimecres, de 10 a 13 h

Preu: 138 € · 11 sessions

Iniciació als motlles

Professora: Mariona Berenguer

Del 10 d'abril al 19 de juny

CA12 · Dimarts, de 17 a 20 h

Preu: 126 € + 18 € material

10 sessions

Motlles II: silicona i cera per fundició

Professora: Mariona

Berenguer

Del 9 d'abril al 18 de juny

CA13 · Dilluns, de 17 a 20 h

Preu: 126 € + 27 € material

+ cost peça bronze

9 sessions + Masterclass 28 de

maig a càrrec de Nathalie Rey

La impremta/taller de gravat, de creació i de projectes

Professor: Alain Chardon

Del 3 d'abril al 12 de juny

CA14 · Grup A

Dimarts, de 10 a 13 h

Preu: 158 € + 15 € material

Màx 7 alumnes

10 sessions

Taller llibre d'artista

Professor: Alain Chardon

Del 9 d'abril al 18 de juny

CA15 · Dilluns, de 18 a 21h

Preu: 158 € + 15 € material

Màx 7 alumnes

9 sessions + Masterclass 11

de juny a càrrec d'Àngels

Arroyo

Serigrafia artística. Crea, experimenta i estampa

Professora: Anna Tó

Del 4 d'abril al 6 de juny

CA16 · Dimecres, de 10 a 13 h

Preu: 158 € + 15 € material

Màx 7 alumnes · 10 sessions

L'art de l'atzar

Professor: Pep Puig

Del 3 d'abril al 12 de juny

CA17 · Dimarts, de 18.30 a

21 h

Preu: 105 € + 25 € material

10 sessions

Cal·ligrafia tèxtil: aprendre a teixir a partir d'un llegat històric

Professor: Paco Minuesa

Del 3 d'abril al 12 de juny

CA18 · Dimarts, de 10 a 13 h

Preu: 126 € + 10 € material

10 sessions

Tapís: eina tèxtil

Professora: Queralt Illa

Del 3 d'abril al 12 de juny

CA19 · Dimarts, de 18 a 21 h

Preu: 126 € + 10 € material

10 sessions

Activitats per a famílies

Ceràmica: fes el teu joc de tres plats!

A càrrec de Lola Gratacós

CA20 · Dissabtes 12 i 19 de

maig, de 17.30 a 19.30 h

Preu: 16 € + 4 € material

2 sessions

Masterclass

Sense cost addicional per als alumnes del Centre d'Art Maristany i Casa Aymat
Preu per a no alumnes:
12 € per masterclass

Món animal i allò simbòlic

A càrrec d'Aleksandra Kopff

Dimarts, 17 d'abril de 18 a 21 h

Món animal i allò simbòlic

Dijous 3 de maig, de 10 a 13 h

Història d'un naufragi: origen d'un projecte artístic

A càrrec de Nathalie Rey

Dilluns 28 de maig, de 17 a 20 h

Enquadernació del llibre d'artista

A càrrec d'Àngels Arroyo

Dilluns 11 de juny, de 18 a 21 h

katia

Patrocina els cursos de Tapís aportant part del material

No ets alumne de la Casa Aymat i t'agradaria assistir a una masterclass? Amb una inscripció de 12 € podràs venir a gaudir d'aquestes. Informa't del sistema de funcionament per telèfon al 93 565 70 82



Coneixement

Conversa en anglès

Professor: Peter Steinhagen

Del 04 d'abril al 13 de juny

MC01 · Intermedi A

Dimecres, de 18 a 19 h

MC02 · Intermedi B

Dimecres, de 19 a 20 h

Preu: 77 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Francès iniciació II

Professora: Catherine Rossier

Del 3 d'abril al 19 de juny

MC03 · Dimarts, de 18 a 19 h

Preu: 77 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Francès intermedi

Professora: Catherine Rossier

Del 3 d'abril al 19 de juny

MC04 · Dimarts, de 17 a 18 h

Preu: 77 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Conversa en francès

Professora: Catherine Rossier

Del 5 d'abril al 14 de juny

MC05 · Dijous, de 18 a 19 h

Preu: 77 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Alemanys continuació

Professor: Peter Steinhagen

Del 5 d'abril al 14 de juny

MC06 · Dijous, de 18 a 19 h

Preu: 77 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Expressió

Taller de dibuix i pintura

Professora: Isabel Pons

Del 3 d'abril al 19 de juny

ME01 · Grup A

Dimarts, de 18.30 a 20.30 h

Del 4 d'abril al 13 de juny

ME02 · Grup B

Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 132 € · 11 sessions

Del 5 d'abril al 14 de juny

ME03 · Grup C

Dijous, de 18.30 a 20 h

Preu: 99 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Lindy Hop

Professors: Raluca M. Gaidau i

Ignasi Yzaguirre

Del 9 d'abril al 18 de juny

ME04 · Continuació

Dilluns, de 19 a 20 h

ME05 · Introducció

Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 65 € · 10 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Balls de saló

Professors: Carme Oliver i

Eugenio Martínez

Del 9 d'abril al 4 de juny

ME06 · Avançat

Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 52 € · 8 sessions

Cal inscriure's en parella

Matrícula preferent per als antics alumnes

Zumba

Professores: Carla Bustamante i Blanca Férriz

Del 3 d'abril al 19 de juny

ME07 · Grup A

Dimarts, de 19 a 20 h

ME08 · Grup B

Dimarts, de 20 a 21 h

ME09 · Grup C

Dimarts, de 21 a 22 h

Del 4 d'abril al 13 de juny

ME10 · Grup D

Dimecres, de 19 a 20 h

ME11 · Grup E

Dimecres, de 20 a 21 h

ME12 · Grup F

Dimecres, de 21 a 22 h

Preu: 55 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Zumba Gold

Professora: Judith Requena

Del 3 d'abril al 19 de juny

ME13 · Dimarts, de 10 a 11 h

Preu: 55 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Ballet per a adults avançat

Professora: Montse Pallàs

Del 3 d'abril al 19 de juny

ME14 · Grup A

Dimarts, de 18 a 19 h

Del 5 d'abril al 14 de juny

ME15 · Grup B

Dijous, de 18 a 19 h

Preu: 66 € · 11 sessions

Del 6 d'abril al 15 de juny

ME16 · Grup C

Divendres, de 18 a 19.45 h

Preu: 116 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Ballet. Iniciació a les puntes

Professora: Montse Pallàs

Del 4 d'abril al 13 de juny

ME17 · Dimecres, de 19 a 20 h

Preu: 66 € · 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Formació musical

Classes individuals de guitarra (30 minuts)

Professor: Paco López

Del 3 d'abril al 19 de juny

MF01 · Horari a convenir, tardes de 19 a 22 h o dimecres matí

Preu:

Dilluns 150 € · 10 sessions

De dimarts a divendres 165 € 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Taller de guitarra

(1 hora amb 3 alumnes)

Professor: Paco López

Del 3 d'abril al 19 de juny

MF02 · Horari a convenir, tardes de 19 a 22 h o dimecres matí

Preu:

Dilluns 100 € · 10 sessions

De dimarts a divendres 110 € 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Classes individuals de piano (30 minuts)

Professora: Carme Mas

Del 3 d'abril al 19 de juny

MF03 · Horari a convenir

Preu:

Dilluns 150 € · 10 sessions

De dimarts a divendres 165 € 11 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Classes individuals de tècniques de cant

Professora: Alba Cayuela
Del 3 d'abril al 19 de juny
MF04 · Horari a convenir, entre dilluns tarda i dimarts matí
 Preu: Dilluns
 30 min: 150 € · 10 sessions
 45 min: 225 € · 10 sessions
 Dimarts
 30 min: 165 € · 11 sessions
 45 min: 248 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Recursos

Restauració de mobles

Professora: Paquita Izquierdo
Del 9 d'abril al 18 de juny
MR01 · Grup A
 Dilluns, de 12 a 14 h
MR02 · Grup B
 Dilluns, de 16.30 a 18.30 h
MR03 · Grup C
 Dilluns, de 18.30 a 20.30 h
 Preu: 100 € + 10 € material
 10 sessions
Del 3 d'abril al 19 de juny
MR04 · Grup D
 Dimarts, de 10 a 12 h
MR05 · Grup E
 Dimarts, de 12 a 14 h
 Preu: 110 € + 10 € material
 11 sessions
Del 5 d'abril al 14 de juny
MR06 · Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 165 € + 10 € material
 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Taller de tapisseria

Professora: Paquita Izquierdo
Del 9 d'abril al 18 de juny
MR07 · Dilluns, de 10 a 12 h
 Preu: 120 € + 10 € material
 10 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Cosir a màquina*

Professora: Marina Díaz
Del 9 d'abril al 18 de juny
MR08 · Continuació II
 Dilluns, de 17.30 a 19 h
MR09 · Continuació I
 Dilluns, de 19 a 20.30 h
 Preu: 90 € · 10 sessions
Del 4 d'abril al 13 de juny
MR10 · Iniciació
 Dimecres, de 10.30 a 12 h
 Preu: 99 € · 11 sessions
 * Cal portar màquina de cosir
Matrícula preferent per als antics alumnes

Patronatge i confecció*

Professora: Marina Díaz
Del 3 d'abril al 19 de juny
MR11 · Dimarts, de 19 a 21 h
 Preu: 132 € · 11 sessions
 * Cal portar màquina de cosir
Matrícula preferent per als antics alumnes

Com parlar perquè els fills escoltin i escoltar perquè els fills parlin

Professora: Gemma Araujo
Del 5 d'abril al 3 de maig
MR12 · Dijous, de 20 a 22 h
 Preu: 119 € · 7 sessions

Fotografia digital

Professor: Paco López
Del 3 d'abril al 19 de juny
MR13 · Dimarts, d'11 a 13 h
 Preu: 132 € · 11 sessions

Benestar i creixement personal

Yoga

Professora: Catherine Rossier
Del 3 d'abril al 19 de juny
MP01 · Grup A
 Dimarts, de 10 a 11.15 h
MP02 · Grup B
 Dimarts, de 19 a 20.15 h
MP03 · Grup C
 Dimarts, de 20.15 a 21.30 h
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP04 · Grup D
 Dijous, de 10 a 11.15 h
MP05 · Grup E
 Dijous, de 19 a 20.15 h
MP06 · Grup F
 Dijous, de 20.15 a 21.30 h
 Preu: 69 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Yoga amb nadons

Professora: Anna Santos
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP07 · Dijous, de 12.30 a 14 h
 Preu: 116 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Yoga per embarassades

Professora: Anna Santos
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP08 · Dijous, d'11 a 12.30 h
 Preu: 116 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Pilates amb el teu nadó

Professora: Verònica Llorens
Del 9 d'abril al 18 de juny
MP09 · Dilluns, d'11 a 12 h
 Preu: 75 € · 10 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Pilates correcció postural

Professora: Verònica Llorens
Del 9 d'abril al 18 de juny
MP10 · Grup A
 Dilluns, de 10 a 11 h
 Preu: 50 € · 10 sessions
Del 4 d'abril al 13 de juny
MP11 · Grup B
 Dimecres, de 10.30 a 11.30 h
MP12 · Grup C
 Dimecres, d'11.30 a 12.30 h
 Preu: 55 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Pilates

Professora: Patricia Bedós
Del 9 d'abril al 18 de juny
MP13 · Grup D
 Dilluns, de 19 a 20 h
MP14 · Grup E
 Dilluns, de 20 a 21 h
 Preu: 50 € · 10 sessions

Del 5 d'abril al 14 de juny
MP15 · Grup F
 Dijous, de 20 a 21 h
MP16 · Grup G
 Dijous, de 21 a 22 h
 Preu: 55 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Pilates Fitball

Professora: Patricia Bedós
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP17 · Dijous, de 19 a 20 h
 Preu: 55 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Gimnàstica hipopressiva

Professor: Alexandre Gràcia
Del 3 d'abril al 19 de juny
MP18 · Grup A
 Dimarts, d'11.15 a 12.15 h
Del 4 d'abril al 13 de juny
MP19 · Grup B
 Dimecres, de 20 a 21 h
MP20 · Grup C
 Dimecres, de 21 a 22 h
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP21 · Grup D
 Dijous, d'11.15 a 12.15 h
 Preu: 55 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Gimnàstica hipopressiva amb nadons

Professor: Alexandre Gràcia
Del 3 d'abril al 19 de juny
MP22 · Grup A
 Dimarts, de 12.15 a 13.15 h
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP23 · Grup B
 Dijous, de 12.15 a 13.15 h
 Preu: 66 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Meditació

Professora: Seva Kaur
Del 9 d'abril al 18 de juny
MP24 · Grup A
 Dilluns, de 12.15 a 13.15 h
 Preu: 60 € · 10 sessions
Del 5 d'abril al 14 de juny
MP25 · Grup B
 Dijous, de 12.15 a 13.15 h
 Preu: 66 € · 11 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Infància i joventut

Guitarra infantil

(1 hora 3 alumnes)
 Professor: Paco López
Del 3 d'abril al 22 de juny
MI01 · De 7 a 14 anys
 De dilluns a divendres de 17 a 18 h o de 18 a 19 h
 Preu:
 Dilluns: 100 € · 10 sessions
 Dimarts: 110 € · 11 sessions
 Dimecres, dijous o divendres:
 120 € · 12 sessions
Matrícula preferent per als antics alumnes

Piano infantil

(1 hora 3 alumnes)

Professora: Carme Mas

Del 3 d'abril al 22 de juny

MI02 · De 6 a 14 anys

De dilluns a divendres de 17 a 18 h, de 18 a 19 h o de 19 a 20 h

Preu:

Dilluns: 100 € · 10 sessions

Dimarts: 110 € · 11 sessions

Dimecres, dijous o divendres: 120 € · 12 sessions

*Matrícula preferent per als antics alumnes***Ballet clàssic infantil**

Professora: Montse Pallàs

Del 9 d'abril al 18 de juny

MI03 · De 7 a 9 anys

Dilluns, de 17 a 18 h

Preu: 50 € · 10 sessions

Del 3 d'abril al 19 de juny

MI04 · De 6 a 7 anys

Dimarts, de 17 a 18 h

Preu: 55 € · 11 sessions

Del 4 d'abril al 20 de juny

MI05 · De 5 a 6 anys

Dimecres, de 17 a 18 h

MI06 · De 9 a 11 anys

Dimecres, de 18 a 19 h

Del 5 d'abril al 21 de juny

MI07 · De 7 a 9 anys

Dijous, de 17 a 18 h

Del 6 d'abril al 22 de juny

MI08 · De 9 a 11 anys

Divendres, de 17 a 18 h

Preu: 60 € · 12 sessions

*Matrícula preferent per als antics alumnes***Ball modern coreogràfic**

Professora: Sara Orriols

Del 5 d'abril al 21 de juny

MI09 · De 8 a 12 anys

Dijous, de 17 a 18 h

Preu: 60 € · 12 sessions

*Matrícula preferent per als antics alumnes***Teatre en anglès**

Professora: Marta Borràs

Del 4 d'abril al 20 de juny

MI10 · De 7 a 12 anys

Dimecres, de 17 a 18 h

MI11 · De 7 a 12 anys

Dimecres, de 18 a 19 h

Preu: 60 € · 12 sessions

*Matrícula preferent per als antics alumnes***Juguem en anglès**

Professor: Roger Berglund

Del 9 d'abril al 18 de juny

MI12 · De 6 a 7 anys

Dilluns, de 17 a 18 h

Preu: 50 € · 10 sessions

Del 3 d'abril al 19 de juny

MI13 · De 5 a 6 anys

Dimarts, de 17 a 18 h

Preu: 55 € · 11 sessions

*Matrícula preferent per als antics alumnes***Plàstica**

Professora: Núria Casteleiro

Del 3 d'abril al 19 de juny

MI14 · Grup A

Dimarts, de 17 a 18 h

Preu: 55 € · 11 sessions

Del 4 d'abril al 20 de juny

MI15 · Grup B

Dimecres, de 17 a 18 h

Del 5 d'abril al 21 de juny

MI16 · Grup C

Dijous, de 17 a 18 h

Preu: 60 € · 12 sessions

*Matrícula preferent per als antics alumnes***Vine i repara!****T'ofereix eines i assessorament per reparar roba i aparells de la llar**

Divendres, de 17 a 20 h

Petits electrodomèstics i aparells electrònics

6 i 20 d'abril, 4 i 18 de maig, 1 i 15 de juny

Tèxtil

13 i 27 d'abril, 11 i 25 de maig, 8 i 22 de juny

Consulta el calendari a oficinasostenible.santcugat.cat

Reserveu hora trucant al telèfon del Casal: 93 589 20 18

Espai Familiar**Espai de trobada per a famílies amb infants de 0 a 3 anys**

Dilluns, dimecres i divendres de 10 a 13 h i de 16 a 19 h

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia.*Xerrades d'acompanyament a la criança obertes i gratuïtes (cal inscripció prèvia):*

26 d'abril a les 17 h: Massatge per a nadons (de 0 a 1 any)

3 de maig a les 17 h: Obrador de les olors (d'1 a 3 anys)

7 de juny a les 17 h: Introducció a l'alimentació (de 0 a 1 any)

Més informació al 93.589.20.18, a casalmirasol@santcugat.cat o a www.centresculturals.santcugat.cat**Oh!FICINA JOVE al casal Mira-sol****Oh!J****Si no treballes ni estudies, vine a apuntar-te al Programa de Garantia Juvenil**

A càrrec de Roser Adell, impulsora del Programa de Garantia Juvenil

OHJ05 · Dimecres 4 d'abril, a les 18 h

Activitats gratuïtes - Cal inscripció prèvia a: oficinajove@santcugat.cat16 - 29
anys



Coneixement

Patronatge, tall i confecció

Professora: Marina Díaz
Del 4 d'abril al 6 de juny
LC1 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 100 € · 10 sessions

Cosmètica natural II

Professora: Noelia Narejo
Del 3 d'abril al 12 de juny
LC2 · Dimarts, de 18 a 19.30 h
Preu: 75 € + 20 € material
10 sessions

Expressió

Dansa africana

Professora: Núria Muñoz
(Associació Karamalà)
Del 4 d'abril al 6 de juny
LE1 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 75 € amb música en directe · 10 sessions

Dansa afrocaribeny

Professora: Carolina García
Del 3 d'abril al 12 de juny
LE2 · Dimarts, de 18 a 19.30 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Formació musical

Bateria*

Professor: David Sitges
Del 9 d'abril al 18 de juny
LM1 · Dilluns. Horari a convenir

Guitarra acústica i elèctrica*

Professor: Frank Montasell
Del 9 d'abril al 18 de juny
LM2 · Dilluns. Horari a convenir
Del 3 d'abril al 12 de juny
LM3 · Dimarts. Horari a convenir

Baix*

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'abril al 6 de juny
LM4 · Dimecres. Horari a convenir

Contrabaix*

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'abril al 6 de juny
LM5 · Dimecres. Horari a convenir

Guitarra espanyola*

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'abril al 6 de juny
LM6 · Dimecres. Horari a convenir

Saxo*

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'abril al 6 de juny
LM7 · Dimecres. Horari a convenir

Trompeta*

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'abril al 6 de juny
LM8 · Dimecres. Horari a convenir

Tècnica de cant*

Professora: Marina "BBface"
Torres
Del 5 d'abril al 7 de juny
LM9 · Dijous. Horari a convenir

Piano*

Professora: Clàudia Bardagi
Del 6 d'abril al 8 de juny
LM10 · Divendres. Horari a convenir

Violí*

Professor: Nacho López
Del 6 d'abril al 8 de juny
LM11 · Divendres. Horari a convenir

*Classes individuals per a infants i adults
Preu en funció de l'horari a escollir · 10 sessions:
30 min./set.: 125 €
45 min./set.: 188 €
1 h/set.: 250 €

Benestar i creixement personal

Ioga Hatha

Professora: Anna Rafanell
Del 5 d'abril al 7 de juny
LB1 · Dijous, de 18.30 a 20 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Pilates suau*

Professora: Laura Jardí
Del 5 d'abril al 7 de juny
LB2 · Dijous, de 12.30 a 13.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

*Activitat realitzada al Centre Social i Sanitari de La Floresta

Pilates

Professora: Laura Jardí
Del 9 d'abril al 18 de juny
LB3 · Grup A: dilluns, de 19.30 a 20.30 h

Del 3 d'abril al 12 de juny
LB4 · Grup B: dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Del 5 d'abril al 7 de juny
LB5 · Grup C: dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Espai Familiar

Espai de trobada per a famílies amb infants de 0 a 3 anys

Dilluns, dimecres i divendres de 16 a 19 h. Activitat gratuïta

Xerrada d'acompanyament a la criança oberta i gratuïta.

7 de maig a les 17 h: Crèixer en parella criant als nostres fills. Cal inscripció prèvia.

Més informació al 93.583.81.43, a casinolafloresta@santcugat.cat o a www.centresculturals.santcugat.cat

Oh!FICINA JOVE al Casino la Floresta

Si no treballes ni estudies, vine a apuntar-te al Programa de Garantia Juvenil

A càrrec de Roser Adell, impulsora del Programa de Garantia Juvenil

OHJ05 · Dimecres 18 d'abril, a les 18 h

Activitats gratuïtes - Cal inscripció prèvia a: oficinajove@santcugat.cat

Meditació

Professora: Laura Jardí
Del 3 d'abril al 12 de juny
LB6 · Dimarts, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Mindfulness

Com aplicar-lo a la vida quotidiana

A càrrec de Desiree Falter (alumna en pràctiques de la UB)
Del 3 d'abril al 19 de juny
LB7 · Dimarts, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 11 sessions

Monogràfics

Fes el teu spa a casa

Professora: Noelia Narejo
LO1 · Dilluns 21 de maig, de 18 a 21 h
Preu: 18 € + 12 € material

Infància i joventut

Anglès infantil

(de 10 a 12 anys)
Professora: Carla Armengol
Del 4 d'abril al 6 de juny
LI1 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 70 € · 10 sessions

Bollywood infantil

(de 7 a 12 anys)
Professora: Diana Aguirre
Del 4 d'abril al 6 de juny
LI2 · Dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Dansa africana infantil

(de 6 a 10 anys)
Professora: Núria Muñoz (Associació Karamalà)
Del 4 d'abril al 6 de juny
LI3 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Danses del món

(de 5 a 7 anys)
Professora: Carolina García
Del 5 d'abril al 7 de juny
LI4 · Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Jugar amb la veu

(de 5 a 10 anys)
Professora: Maria del Alar
Del 3 d'abril al 12 de juny
LI5 · Dimarts, de 17 a 18 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Nota: consulteu cursos i tallers de música per a infants i joves a l'apartat "Formació musical"

Oh!J



16 - 29
anys

casal lesplanes:



Coneixement

Anglès intermig

Professora: Alba Ollé

Del 4 d'abril al 6 de juny

PC1 · Dimecres, de 19 a 20 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Expressió

Zumba't

A càrrec de l'Escola de Ball de Sant Cugat

Del 9 d'abril al 18 de juny

PE1 · Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Balls de saló

A càrrec de l'Escola de Ball de Sant Cugat

Del 3 d'abril al 12 de juny

PE2 · Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Del 4 d'abril al 6 de juny

PE3 · Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 30 € · 10 sessions

(cal inscriure's en parella)

Dansa del ventre

Professora: Laura Olivares

Del 5 d'abril al 7 de juny

PE4 · Dijous, de 17.30 a 19 h

Preu: 45 € · 10 sessions

Recursos

Cosir a màquina

Professora: Leticia Lecina Yeves

Del 9 d'abril al 18 de juny

PR1 · Dilluns, de 18.30 a 20 h

Preu: 45 € · 10 sessions

Informàtica i noves tecnologies

Punt TIC

Ofimàtica Bàsica: Word

Professor: Javi Pérez

Del 5 d'abril al 7 de juny

PP1 · Dijous, de 18.30 a 19.30 h

Preu: gratuït · 10 sessions

Ofimàtica bàsica: Word i Excel

Professor: Javi Pérez

Del 5 d'abril al 7 de juny

PP2 · Dijous, d'11.30 a 12.30 h

Preu: gratuït · 10 sessions

Robòtica (iniciació)

Professor: Javi Pérez

Del 5 d'abril al 7 de juny

PP3 · Dijous, de 17.30 a 18.30 h

Preu: gratuït · 10 sessions

Impressió 3D

Professor: Javi Pérez

Dies 8, 15 i 22 de Maig

PP4 · Dimarts, de 18.30 a 19.30 h

Preu: gratuït · 3 sessions

Gestiona la teva web amb "WordPress"

Professor: Javi Pérez

Del 9 d'abril al 28 de maig

PP5 · Dilluns, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 8 sessions

Benestar i creixement personal

Pilates

Professora: Laura Jardí

Del 3 d'abril al 12 de juny

PB1 · Dimarts, de 15.45 a 16.45 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Meditació i "mindfulness"

Professora: Laura Jardí

Del 9 d'abril al 18 de juny

PB2 · Dilluns, de 16 a 17 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva

Professor: Àlex Gràcia

Del 4 d'abril al 6 de juny

PB3 · Dimecres, de 17 a 18 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Ioga Hata

Professora: Anna Rafanell

Del 5 d'abril al 7 de juny

PB4 · Dijous, de 16.30 a 17.30 h

PB5 · Dijous, de 20.15 a 21.15 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Infància

Psicomotricitat en família

Professora: Elena Prieto Moya

Del 5 d'abril al 7 de juny

PI1 · GRUP 1: de 6 a 18 mesos

Dijous, de 16.15 a 17.15 h

Preu: 30 € + 4 € de material
10 sessions

Del 5 d'abril al 7 de juny

PI2 · GRUP 2: de 18 mesos

a 3 anys

Dijous, de 17.15 a 18.15 h

Preu: 30 € + 4 € material
10 sessions

Espai Jove +12 anys

Parkour

Professor: Javi Pérez

Del 4 d'abril al 6 de juny

PEJ1 · Dimecres, de 18 a 19.30 h

Preu: gratuït · 10 sessions

Hip Hop

Professora: Irene López Piera

Del 3 d'abril al 12 de juny

PEJ2 · Dimarts, de 18 a 19 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Dibuix enfocat al tatuatge i al grafiti

Professora: Mònica Romero

Del 5 d'abril al 7 de juny

PEJ3 · Dijous, de 17 a 18.30 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Iniciació al Fitness

Professor: Albert Larriba

Del 5 d'abril al 7 de juny

PEJ4 · Dijous, de 18.30 a 19.30 h

Preu: Gratuït · 10 sessions

Classes d'anglès amb professora especialitzada

Del 9 d'abril al 18 de juny

PEJ5 · Dilluns, de 16.30 a 18 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Classes de física, química i matemàtiques amb professor especialitzat

Del 3 d'abril al 12 de juny

PEJ6 · Dimarts, de 16.30 a 18 h

Preu: 30 € · 10 sessions

Tornejos de "Counter Strike" al Punt TIC

A càrrec d'Espai Jove

Últim divendres de cada mes

PEJ7 · Divendres, 27 d'abril i 25

de maig, a partir de les 17 h

Preu: gratuït · 2 sessions



Oh!FICINA JOVE a Les Planes

“Coaching per mares i pares on compartir experiències i dubtes sobre l'adolescència, amb una psicòloga especialista en creixement personal i gestió emocional”

A càrrec de Liliانا Patricia Aguayo Mejía, psicòloga i especialista en el desenvolupament personal i organitzacional.

18 d'abril, 16 de maig i 13 de juny, de 17.30 a 19.30 h
Preu: gratuït

1era Xerrada: “Aliniant valors. Perquè ens serveixin els valors?”

A càrrec de Liliانا Patricia Aguayo Mejía, psicòloga i especialista en el desenvolupament personal i organitzacional.

Dijous 12 d'abril, de 17.30 a 19.30 h
Preu: gratuït

Activitats gratuïtes - Cal inscripció prèvia a: oficinajove@santcugat.cat

2a Xerrada: “Com influeixen les meves creences”

A càrrec de Liliانا Patricia Aguayo Mejía, psicòloga i especialista en el desenvolupament personal i organitzacional.

Dijous 10 de maig, de 17.30 a 19.30 h
Preu: gratuït

3era Xerrada: “Afrontant els canvis”

A càrrec de Liliانا Patricia Aguayo Mejía, psicòloga i especialista en el desenvolupament personal i organitzacional.

Dijous 7 de juny, de 17.30 a 19.30 h
Preu: gratuït

Esport a Les Planes

Gimnàstica suau per a gent gran

Professor: Albert Larriba

Del 9 d'abril al 18 de juny
PS1 · Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Del 3 d'abril al 19 de juny
PS2 · Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Gimnàstica de manteniment

Professor: Albert Larriba

Del 9 d'abril al 18 de juny
PS3 · Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Del 4 d'abril al 6 de juny
PS4 · Dimecres, de 18 a 19 h
PS5 · Dimecres, de 19 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Multiesport al Casalet

Professor: Albert Larriba

Del 5 d'abril al 7 de juny
PS6 · Dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Iniciació al Fitness per a joves

Professor: Albert Larriba

Del 5 d'abril al 7 de juny
PS7 · Dijous, de 18.30 a 19.30 h
Preu: gratuït · 10 sessions

G.A.C (tonificació de glutis, abdomen i cames)

Professor: Albert Larriba

Del 3 d'abril al 12 de juny
PS8 · Dimarts, de 19 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Funcionament i inscripcions

PERÍODE D'INSCRIPCIÓ del 7 al 16 de març

Casa de Cultura, Casal TorreBlanca, Centre d'Art Maristany, Casa Aymat i Xalet Negre

De dilluns a dijous, de 10 a 14 h i de 17 a 19.30 h
Divendres, de 10 a 14 h

Casal de Mira-sol

Dimarts de 10 a 14 h
Dilluns a divendres, de 17 a 20 h

Casino La Floresta i Casal Les Planes

De dilluns a dijous de 16 a 20 h i divendres de 10 a 14
Divendres de 10 a 14 h

Fora d'aquest període es podran realitzar inscripcions segons places disponibles.

FORMES DE PAGAMENT

Casa de Cultura, Casal TorreBlanca, Centre d'Art Maristany i Casa Aymat

- Es cobrarà l'import del curs mitjançant targeta de dèbit o de crèdit en el moment de la inscripció.
- No s'acceptarà el pagament en efectiu.
- Caldrà abonar el preu del curs més l'import del material suplementari, si n'hi ha.

Xalet Negre, Casal de Mira-sol, Casino La Floresta i Casal Les Planes

- El pagament es pot fer mitjançant un ingrés bancari o una transferència *on-line*. En el cas d'ingrés bancari, cal demanar-ne el comprovant a la caixa d'estalvis i, en el cas de la transferència *on-line*, cal portar una còpia impresa del comprovant. Es comunicarà el número de compte en el qual es podrà fer l'ingrés en el moment de la inscripció.
- Assegureu-vos d'especificar el vostre nom i cognoms i el codi de l'activitat a la qual us heu inscrit en el full d'ingrés. Per facilitar el control de les inscripcions, s'ha de fer un càrrec individual per a cada persona inscrita.
- Caldrà portar el comprovant al centre cultural en els 3 dies hàbils següents a la inscripció com a màxim. Si no és així, es considerarà anul·lada la inscripció.
- També es pot realitzar el pagament als tres centres dels districtes (Casal de Mira-sol, Casino La Floresta i Casal Les Planes) mitjançant targeta de dèbit o de crèdit en el moment de la inscripció.
- No s'acceptarà el pagament en efectiu.
- Caldrà abonar el preu del curs més l'import del material suplementari, si n'hi ha.

FUNCIONAMENT DELS CURSOS I TALLERS DE LA XCCP

- Les inscripcions s'han de fer de manera presencial al centre, omplint la butlleta d'inscripció i lliurant-la a l'oficina del centre dins el període d'inscripció establert.
- Les admissions als cursos i als tallers seguiran l'ordre rigorós d'arribada de butlletes d'inscripció. (*)
- En cap cas, es reservaran places per telèfon o per correu electrònic.
- No es considerarà una inscripció del tot resolta fins que se'n faci el pagament.
- Cada curs requereix d'un mínim d'alumnes per realitzar-se.
- En el cas que l'organització anul·li el curs, es retornarà l'import íntegre ingressat als inscrits.
- Cada curs té un màxim d'alumnes previst. La resta d'inscripcions, un cop tancats els grups, passaran a la llista d'espera.
- Si en el moment d'iniciar els cursos no s'ha formalitzat el pagament, s'entendrà que l'alumne/a no hi vol participar. Automàticament, s'admetran les persones de la llista d'espera segons l'ordre de registre.
- Un cop feta la inscripció, en cas de renúncia de la plaça, només es retornarà l'import del curs si les causes són justificables i sempre que es notifiqui abans que finalitzi el període d'inscripció.
- Un cop iniciat el curs, no s'admetran canvis ni es faran devolucions. Tampoc es reservaran places per a propers trimestres.
- Quan l'oferta va dirigida a persones de més de 18 anys d'edat, només s'acceptaran menors d'edat amb el consentiment del professorat i del pare, la mare o el tutor/a legal.
- El dia de la inscripció es farà saber quin material caldrà portar per a aquells cursos en què sigui necessari.

(*) En el cas del barri de Les Planes, el veïnat tindrà preferència en els cursos i tallers proposats al Casal Les Planes respecte de la resta d'usuaris.

DESCOMPTES

- 20 % famílies nombroses
- 20 % famílies monoparentals
- 10 % T-Jove

Els descomptes no són acumulables i cal presentar-hi l'acreditació corresponent.

Centres Culturals

casacultura:	C. Castellví, 8 08173 Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 589 13 82 casadecultura@santcugat.cat
xaletnegre:	Pl. del Coll, 4 08172 Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 603 05 29 xaletnegre@santcugat.cat
casal torreblanca:	Av. Pla del Vinyet, 81-85 08172 Sant Cugat Telèfon: 93 544 19 65 casaltorreblanca@santcugat.cat
casino lafloresta:	C. Casino, 2 08198 La Floresta, Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 583 81 43 casinolafloresta@santcugat.cat
casal lesplanes:	Pl. del Coll de la Creu d'en Blau, 7 08196 Les Planes, Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 675 51 05 casallesplanes@santcugat.cat
casal mirasol	C. Mallorca, 42 08195 Mira-sol, Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 589 20 18 casalmirasol@santcugat.cat
centre d'art maristany:	C. Àngel Guimerà, 2 08172 Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 165 85 89 maristany@santcugat.cat
casaaymat:	Carrer de Villà, 68 08173 Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 565 70 82 casaaymat@santcugat.cat



Més informació a centresculturals.santcugat.cat

www.centresculturals.santcugat.cat