



# Cursos i tallers

Juliol - setembre 2018

Inscripcions online a partir del 13 de juny a les 10 h



AJUNTAMENT DE  
**SantCugat**

## FUNCIONAMENT

A partir d'aquest trimestre les inscripcions deixen de ser presencials i caldrà entrar a [www.centresculturals.santcugat.cat](http://www.centresculturals.santcugat.cat) per tal de formalitzar online la matrícula als cursos dels Centres Culturals.

Cal que els usuaris i usuàries es registrin al lloc web mitjançant el seu **DNI** i dades personals. Per formalitzar aquest procediment és necessari disposar d'un **correu electrònic** per a poder validar l'usuari.

Per a formalitzar la inscripció als cursos i tallers cal realitzar els següents passos:

1. Iniciar la sessió amb DNI i contrasenya.
2. Buscar i accedir al curs seleccionat. A la web s'indica tota la informació relacionada amb el curs i el material que cal portar en el cas que sigui necessari.
3. Clicar al botó *Inscriu-te al curs*.
4. Seleccionar, si és el cas, el descompte a aplicar.
5. Pagar mitjançant targeta bancària.
6. S'enviarà un correu electrònic amb la confirmació de la inscripció.
7. Dins la sessió de l'usuari, es podrà consultar l'historial de cursos de l'alumne/a.

## NORMATIVA

- Les inscripcions s'han de fer online a la web [centresculturals.santcugat.cat](http://centresculturals.santcugat.cat). Per resoldre dubtes podeu contactar amb els centres dins el seu horari d'obertura.
- Les admissions als cursos i als tallers seguiran rigorosament l'ordre rigorós d'inscripció digital, amb excepció d'aquells cursos prèviament publicats amb mètode de sorteig.
- 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 un mínim d'alumnes per a realitzar-se.
- En el cas que la organització anul·li el curs, es retornarà l'import íntegre pagat.
- Cada curs té un màxim d'alumnes previst. La resta d'inscripcions, un cop tancats els grups, passaran a llista d'espera.
- 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.

## DESCOMPTE

El descompte s'aplicarà en el preu del curs, en cap cas s'aplicarà en el material (si el curs ho requereix):

- 20 % famílies nombroses
- 20 % famílies monoparentals
- 10 % targeta T-Jove de l'Ajuntament de Sant Cugat

**Els descomptes no són acumulables i cal presentar l'acreditació de forma digital per correu electrònic. Cal que us poseu en contacte amb el referent del Centre un cop formalitzada la inscripció.**

# Cursos i tallers

Juliol - setembre 2018

Inscripcions online a partir del 13 de juny a les 10 h



AJUNTAMENT DE  
**SantCugat**

Cultura

**Coneixement**

**Il fior fiore di Linguarte: els millors moments de Linguarte**

Professora: Gisella Tiberio  
 Del 2 al 18 de juliol  
 JUL01 · Dilluns i dimecres, de 18 a 20.30 h  
 Preu: 68 € · 6 sessions

**L'arte di viaggiare in Sicilia: els millors consells per a viatjar a Sicília**

Professora: Gisella Tiberio  
 Del 3 al 19 de juliol  
 JUL02 · Dimarts i dijous, de 18 a 20.30 h  
 Preu: 68 € · 6 sessions

**Símbols fonamentals en l'art i la cultura**

Professor: Jorge Rodriguez  
 Del 4 al 18 de juliol  
 JUL03 · Dimecres, de 19 a 21 h  
 Preu: 27 € · 3 sessions

**Viatge exprés per la història del cinema**

Professor: Guillermo Triguero  
 Del 5 al 19 de juliol  
 JUL04 · Dijous, de 19 a 21 h  
 Preu: 30 € · 3 sessions

**Recursos**

**Patronatge i confecció. Iniciació**

Professora: Sílvia Pérez  
 Del 3 al 17 de juliol  
 JUL05 · Dimarts, de 18 a 20 h  
 Preu: 27 € · 3 sessions

**Cosim a màquina.**

**Iniciació**  
 Professora: Sílvia Pérez  
 Del 5 al 19 de juliol  
 JUL06 · Dijous, de 18 a 20 h  
 Preu: 27 € · 3 sessions

**Cosim a màquina: vestit d'estiu i complements**

Professora: Sílvia Pérez  
 Del 2 al 18 de juliol  
 JUL07 · Dilluns i dimecres, de 18 a 20 h  
 Preu: 54 € · 6 sessions

**Benestar i creixement personal**

**Pilates**

Professora: Itziar Fenollar  
 Torn de juliol:  
 Del 2 al 18 de juliol  
 JUL08 · Grup A  
 Dilluns i dimecres, de 9 a 10 h  
 Preu: 39 € · 6 sessions

Del 3 al 19 de juliol  
 JUL09 · Grup B  
 Dimarts i dijous, de 18.30 a 19.30 h  
 JUL10 · Grup C  
 Dimarts i dijous, de 19.30 a 20.30 h  
 Preu: 39 € · 6 sessions

Del 4 al 18 de juliol  
 JUL11 · Grup D  
 Dimecres, de 18.30 a 19.30 h  
 JUL12 · Grup E  
 Dimecres, de 19.30 a 20.30 h  
 Preu: 20 € · 3 sessions

Torn de setembre:  
 Del 12 al 26 de setembre  
 SET01 · Grup F  
 Dilluns i dimecres, de 8.15 a 9.15 h  
 SET02 · Grup G  
 Dilluns i dimecres, de 9.15 a 10.15 h  
 Preu: 33 € · 5 sessions

Del 13 al 27 de setembre  
 SET03 · Grup H  
 Dimarts i dijous, de 18.30 a 19.30 h  
 SET04 · Grup I  
 Dimarts i dijous, de 19.30 a 20.30 h  
 Preu: 33 € · 5 sessions

Del 12 al 26 de setembre  
 SET05 · Grup J  
 Dimecres, de 17.30 a 18.30 h  
 SET06 · Grup K  
 Dimecres, de 18.30 a 19.30 h  
 SET07 · Grup L  
 Dimecres, de 19.30 a 20.30 h  
 Preu: 20 € · 3 sessions

**Monogràfics**

**Art floral: detalls i idees florals per decorar una taula estiuenca**  
 Professora: Bet Morató  
 JUL13 · Dimarts 10 de juliol, de 18 a 20.30 h  
 Preu: 15 € + 12 € material

**Coneixement**

**L'ansietat filosòfica: una perspectiva filosòfica per viure millor**

Professor: Nacho Bañeras, de Cura Sui  
 Del 3 al 17 de juliol  
 JUL01 · Dimarts, de 19 a 21 h  
 Preu: 35 € · 3 sessions

**Benestar i creixement personal**

**Tai Txi – Txi Kung**

Professora: Maite Fruitós  
 Del 5 al 19 de juliol  
 JUL02 · Dijous, de 10 a 11 h  
 Professora: Marta Fernández  
 Del 2 al 16 de juliol  
 JUL03 · Dilluns, de 19 a 20 h  
 Preu: 20 € · 3 sessions

**Mindfulness: viu l'estiu plenament**

Professora: Anna Coderch  
 Del 5 al 19 de juliol  
 JUL04 · Dijous, de 19 a 20.30 h  
 Preu: 21 € · 3 sessions

**Després de vacances: Mindfulness**

Professora: Anna Coderch  
 Del 13 al 27 de setembre  
 SET01 · Dijous, de 19 a 20.30 h  
 Preu: 21 € · 3 sessions

**Cuidem l'esquena**

Amb la col·laboració de CAVIS  
 Del 5 al 19 de juliol  
 JUL05 · Dijous, d'11.15 a 12.15 h  
 Preu: 15 € · 3 sessions

**Hatha Ioga**

Professora: Anna Rafanell  
 Del 5 al 19 de juliol  
 JUL06 · Dijous, de 9 a 10 h  
 Preu: 15 € · 3 sessions

**Expressió**

**Prova la salsa cubana**

Professor: Raimond Lahera  
 Del 4 al 18 de juliol  
 JUL07 · Dimecres, de 19.15 a 20.15 h  
 Preu: 26 € · 3 sessions

**Salsa cubana. Manteniment**

Professor: Raimond Lahera  
 Del 4 al 18 de juliol  
 JUL08 · Dimecres, de 20.15 a 21.15 h  
 Preu: 26 € · 3 sessions

**Sostenibilitat**

**Reparat millor que nou: costura creativa 1**

A càrrec de l'AMB i amb la col·laboració de l'Oficina Sostenible  
 JUL09 · Dimecres 4 de juliol, de 18 a 20.30 h  
 Preu: gratuït

**Reparat millor que nou: bicicleta 2**

A càrrec de l'AMB i amb la col·laboració de l'Oficina Sostenible  
 JUL10 · Dimecres 11 de juliol, de 18 a 20.30 h  
 Preu: gratuït

**Reparat millor que nou: petits electrodomèstics**

A càrrec de l'AMB i amb la col·laboració de l'Oficina Sostenible  
 JUL11 · Dimecres 18 de juliol, de 18 a 20.30 h  
 Preu: gratuït

## Expressió

### Jazz steps. Iniciació

Professora: Roser Ros  
Del 2 al 18 de juliol  
JUL01 · Dilluns i dimecres,  
de 18 a 19 h  
Preu: 34 € · 6 sessions

### Jazz steps

Professora: Roser Ros  
Del 2 al 18 de juliol  
JUL02 · Dilluns i dimecres,  
de 19 a 20 h  
Preu: 34 € · 6 sessions

### Lindy hop (ball swing) Iniciació

A càrrec de Fern Lindy i Roser Ros  
Del 2 al 18 de juliol  
JUL03 · Dilluns i dimecres,  
de 20 a 22 h  
Preu: 66 € · 6 sessions

### Dansa africana

A càrrec de l'associació Afro  
Alamuta  
Torn de juliol:  
Del 3 al 24 de juliol  
JUL04 · Dimarts i dijous,  
de 19.30 a 21.30 h  
Preu: 66 € · 6 sessions

Torn de setembre:  
Del 13 al 27 de setembre  
SET01 · Dimarts i dijous,  
de 19.30 a 21.30 h  
Preu: 55 € · 5 sessions

### Zumba

Professora: Alba Calero  
Del 3 al 19 de juliol  
JUL05 · Dimarts i dijous,  
de 19 a 20 h  
Preu: 30 € · 6 sessions

## Benestar i creixement personal

### Kundalini Yoga

Professor: Àlex Yeste  
Torn de juliol:  
Del 4 al 18 de juliol  
JUL06 · Dimecres, de 18 a  
19.30 h  
Preu: 23 € · 3 sessions

Torn de setembre:  
Del 12 al 26 de setembre  
SET02 · Dimecres, de 20.30 a 22 h  
Preu: 23 € · 3 sessions

### Hatha Yoga

Professores: Anna Rafanell  
(matins) i Aida Mestres (tardes)  
Torn de juliol:

Del 3 al 17 de juliol  
JUL07 · Grup A  
Dimarts, de 14.15 a 15.15 h  
JUL08 · Grup B  
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 15 € · 3 sessions  
Del 5 al 19 de juliol  
JUL09 · Grup C  
Dijous, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 15 € · 3 sessions

Torn de setembre:  
Del 4 al 25 de setembre  
SET03 · Grup D  
Dimarts, de 9 a 10 h  
SET04 · Grup E  
Dimarts, de 14.15 a 15.15 h  
SET05 · Grup F  
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 15 € · 3 sessions  
Del 6 al 27 de setembre  
SET06 · Grup G  
Dijous, de 9 a 10 h

SET07 · Grup H  
Dijous, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 20 € · 4 sessions

### Yoga per embarassades

Professora: Anna Rafanell  
Del 4 al 18 de juliol  
JUL10 · Dimecres, de 16 a 17 h  
Preu: 18 € · 3 sessions

### Gimnàstica abdominal hipopressiva

Professora: Maialen Nabarro  
Del 4 al 18 de juliol  
JUL11 · Grup A  
Dimecres, de 17.30 a 18.30 h  
Preu: 18 € · 3 sessions

Del 5 al 19 de juliol  
JUL12 · Grup B  
Dijous, d'11.15 a 12.15 h  
Preu: 18 € · 3 sessions

## Infància

### Massatge amb cançons (0 a 9 mesos)

Professora: Anna Roig Dolz,  
de Creixendo  
Del 5 al 19 de juliol  
JUL13 · Dijous, de 16.45 a  
18.15 h  
Preu: 21 € + 30 € de material  
3 sessions

### Comparteix la música (1 a 5 anys)

Professora: Anna Roig Dolz,  
de Creixendo  
Del 5 al 19 de juliol  
JUL14 · Dijous, de 18.15 a  
19.15 h  
Preu: 14 € · 3 sessions



### Cuina tradicional amb estrella

Professor: Francesc Danés  
Xef al Restaurant Sant Pau de  
Carme Ruscalleda  
Del 2 al 16 de juliol  
JUL15 · Dilluns, de 10.30 a  
13.30 h  
Preu: 59 € + 30 € material  
3 sessions

### Tàrtars i ceviches

Professor: Francesc Danés  
Xef al Restaurant Sant Pau de  
Carme Ruscalleda  
JUL16 · Dilluns 2 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material

### Tapes d'estiu

Professor: Jean Claude Aranega  
JUL17 · Dimarts 3 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 10 € material

### Maridatges de juliol

Professor: Manel Guirado  
JUL18 · Dimecres 4 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material



### Tonyina amb estrella

Professor: Francesc Danés  
Xef al Restaurant Sant Pau de  
Carme Ruscalleda  
JUL19 · Dijous 5 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material

### Cuina vegetariana amb estrella

Professor: Francesc Danés  
Xef al Restaurant Sant Pau de  
Carme Ruscalleda  
JUL20 · Dilluns 9 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material

### Zoodles: espaguetis vegetals (eco)

Professora: Maria Alcolado  
JUL21 · Dimarts 10 de juliol,  
de 18.30 a 21.30 h  
Preu: 20 € + 6 € material

### Quiche i coques estiuencques

Professor: Jean Claude Aranega  
JUL22 · Dimecres 11 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 10 € material

### Street food & birres

Professor: Manel Guirado  
JUL23 · Dijous 12 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material



### Entrants freds: salmorejos, gaspatxos i molt més

Professor: Francesc Danés  
Xef al Restaurant Sant Pau de  
Carme Ruscalleda  
JUL24 · Dilluns 16 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material

### Healthy bowls (eco)

Professora: Maria Alcolado  
JUL25 · Dimarts 17 de juliol,  
de 18.30 a 21.30 h  
Preu: 20 € + 6 € material

### La cuina del pop

Professor: Jean Claude Aranega  
JUL26 · Dimecres 18 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 10 € material

### Caves i escumosos frescos per als plats d'estiu

Professor: Manel Guirado  
JUL27 · Dijous 19 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 17 € material

### BBQ & BRASES, els secrets de la cuina amb foc

Professor: Manel Guirado  
JUL28 · Divendres 20 de juliol,  
de 19 a 22 h  
Preu: 20 € + 15 € material

Tallers al Casal Torrelblanca per a joves a partir de 12 anys



## ROBOTICA

Crea els teus propis invents tecnològics

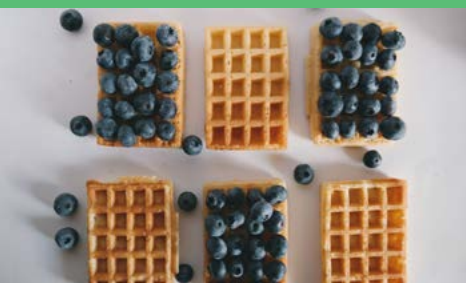


A càrrec de Make & Learn  
**Del 2 al 6 de juliol**  
**OHJ01** · Dilluns, dimecres i divendres, de 16 a 19 h  
**Del 9 al 13 de juliol**  
**OHJ02** · Dilluns, dimecres i divendres, de 16 a 19 h  
 Preu: 18 € + 16 € material · 3 sessions



## CUINA

Finger food + creps & gofres



Professora: Elena Matencio, de Galenetes  
**OHJ04** · Divendres 6 de juliol de 17 a 20 h  
 Preu: 12 €

Fast & healthy food



Professora: Sol Peñafiel, de Cooking Languages  
**Del 17 al 20 de juliol**  
**OHJ05** · Dimarts, dimecres, dijous i divendres, de 10.30 a 13.30 h  
 Preu: 54 € + 10 € material · 4 sessions



## MÚSICA

Taller de rimes



Professor: Pol Bassols, Col·lectiu Rimant Rumor  
**Del 3 al 13 de juliol**  
**OHJ06** · Dimarts, dijous i divendres d'11 a 13 h  
 Col·labora La Pua - Oficina Musical  
 Preu: 60 € · 5 sessions

Del Rap al Trap



Professor: Genís Navarro  
**4 i 5 de juliol**  
**OHJ07** · Dimecres i dijous, de 17 a 19 h  
 Col·labora La Pua - Oficina Musical  
 Preu: 23 € · 2 sessions



## DANSA

Hip-Hop



Professora: Emma Pintor  
**Del 6 al 20 de juliol**  
**OHJ08** · Divendres d'11 a 13 h  
 Preu: 18 € · 3 sessions



## COSTURA

Redissenya el teu armari



Professor/a: Virginia Rondeel  
**Del 18 al 20 de juliol**  
**OHJ09** · Dimecres, dijous i divendres, de 10 a 14 h  
 Preu: 60 € · 3 sessions



## CINEMA

Fes el teu curtmetratge



Professor: Bernat Bonaventura, de JoCine  
**Del 2 al 6 de juliol**  
**OHJ03** · Dilluns, dimecres i divendres, de 17 a 20 h  
 Preu: 27 € · 3 sessions

centre d'art  
maristany:



casaaymat:



## CENTRE D'ART MARISTANY

### Flors, plantes i jardins en l'art

Professora: Alejandra Atarés

Del 9 al 18 de juliol

ART01 · Dilluns i dimecres, de 10 a 13 h

Preu: 60 € + 2 € de material · 4 sessions

### Bufons, galàxies i patates. L'humor en la pintura

Professor: Marc Badia

5 i 6 de juliol

ART02 · Dijous i divendres, de 17 a 20 h

Preu: 30 € · 2 sessions

## CASA AYMAT

### Gaudir de la possible caiguda.

#### Una introducció a la performance

Professor: Adrian Schindler

10, 11 i 13 de juliol

CA01 · Dimarts, dimecres i divendres, de 10 a 13 h

Preu: 45 € · 3 sessions

### L'art del Sumi-E. Tècnica oriental de tinta xinesa

Professora: Anna Maria Llagostera

Del 3 al 13 de juliol

CA02 · Dimarts, dijous i divendres, de 10.30 a 13 h

Preu: 75 € + 18 € de material · 6 sessions

### Pintura a l'oli: introducció, tècnica i màgia

Professor: Francesc Ruiz Abad

Del 2 al 6 de juliol

CA03 · De dilluns a divendres, de 10 a 13 h

Preu: 75 € · 5 sessions

### Aprèn a dominar el color

Professor: Vince van Geffen

Del 2 al 6 de juliol

CA04 · De dilluns a divendres, de 10 a 13 h

Preu: 75 € + 3 € de material · 5 sessions

### Alimenta't d'art. Motlles per fer peces comestibles

Professora: Mariona Berenguer

Del 2 al 6 de juliol

CA05 · De dilluns a divendres, de 17 a 20 h

Preu: 75 € + 30 € de material · 5 sessions

### Ceràmica. Joies en Rakú

Professora: Lola Gratacós

2, 4 i 5 de juliol

CA06 · Dilluns, dimecres i dijous, de 17 a 20 h

Preu: 52 € + 3 € de material · 3 sessions

### Ceràmica. Les mil i una formes.

#### El bol de te (Chawan)

Professora: Sandra Rubio

Del 3 al 17 de juliol

CA07 · Dimarts, de 17 a 20 h

Preu: 52 € + 3 € de material · 3 sessions

### Serigrafia sobre ceràmica

Professores: Anna Tó i Lola Gratacós

9, 10 i 12 de juliol

CA08 · Dilluns, dimarts i dijous, de 17 a 20 h

Preu: 72 € + 6 € de material · 3 sessions

### Transferències gràfiques sobre ceràmica

Professora: Lola Gratacós

25, 26 i 28 de setembre

CA09 · Dimarts, dimecres i divendres, de 10 a 13 h

Preu: 52 € + 3 € de material · 3 sessions

### Ceràmica. Iniciació als esmalts

Professora: Sandra Rubio

Del 12 al 24 de setembre

CA10 · Dilluns i dimecres, de 17 a 20 h

Preu: 60 € + 10 € de material · 4 sessions

### Fils narratius. Brodats

Professora: Annie Michie

Del 20 al 28 de setembre

CA11 · Dijous i divendres, de 10 a 13 h

Preu: 60 € + 3 € de material · 4 sessions

### Talla en pedra

Professor: Lluç Baños

Del 19 al 26 de setembre

CA12 · Dies laborables de 10 a 13 h

Preu: 90 € + 40 € de material · 6 sessions



## Expressió

### Taller de dibuix i pintura

Professora: Isabel Pons

Del 3 al 17 de juliol

ME01 · Grup A

Dimarts, de 18 a 20 h

Del 4 al 18 de juliol

ME02 · Grup B

Dimecres, de 18 a 20 h

Preu: 36 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 12 al 26 de setembre

ME03 · Dimecres, de 18 a

20 h

Preu: 36 € · 3 sessions

### Iniciació a l'escultura

Professora: Àngels Jorro

Del 2 al 16 de juliol

ME04 · Dilluns, de 18 a 20 h

Preu: 42 € · 3 sessions

### Lindy hop

Professors: Raluca M. Gaidau  
i Ignasi Yzaguirre

Del 2 al 16 de juliol

ME05 · Intermedi

Dilluns, de 19 a 20 h

ME06 · Iniciació

Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 24 € · 3 sessions

## Zumba

Professores: Carla Busta-  
mante i Blanca Ferriz

Del 3 al 17 de juliol

ME07 · Grup A

Dimarts, de 19 a 20 h

ME08 · Grup B

Dimarts, de 20 a 21 h

Del 4 al 18 de juliol

ME09 · Grup C

Dimecres, de 19 a 20 h

ME10 · Grup D

Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 18 € · 3 sessions

## Ballet per adults.

### Avançat

Professora: Montse Pallàs

Del 3 al 17 de juliol

ME11 · Grup A

Dimarts, de 18 a 19.30 h

Del 5 al 19 de juliol

ME12 · Grup B

Dijous, de 18 a 19.30 h

Preu: 27 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 13 al 27 de setembre

ME13 · Dimarts i dijous, de

18 a 19.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

## Recursos

### Restauració de mobles

Professora: Paquita Izquierdo

Del 3 al 17 de juliol

MR01 · Grup A

Dimarts, de 10 a 13 h

Del 5 al 19 de juliol

MR02 · Grup B

Dijous, de 10 a 13 h

Preu: 54 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 13 al 27 de setembre

MR03 · Dijous, de 10 a 13 h

Preu: 54 € · 3 sessions

### Fotografia de viatges

Professor: Sergi Oriola

Del 4 al 18 de juliol

MR04 · Dimecres, de 17 a

19 h

Preu: 42 € · 3 sessions

## Benestar i creixement personal

### Ioga

Professora: Catherine Rossier

Del 5 al 19 de juliol

MP01 · Grup A

Dijous, de 18.30 a 19.45 h

MP02 · Grup B

Dijous, de 19.45 a 21 h

Preu: 23 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 20 al 27 de setembre

MP03 · Dijous, de 19.30 a

20.45 h

Preu: 15 € · 2 sessions

### Ioga amb nadons

Professora: Anna Santos

Del 2 al 16 de juliol

MP04 · Dilluns, de 12.30 a 14 h

Preu: 32 € · 3 sessions

### Pilates

Professora: Patricia Bedós

Del 2 al 16 de juliol

MP05 · Grup A

Dilluns, de 19 a 20 h

MP06 · Grup B

Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 18 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 13 al 27 de setembre

MP07 · Grup A

Dijous, de 19 a 20 h

MP08 · Grup B

Dijous, de 20 a 21 h

Preu: 18 € · 3 sessions

## Gimnàstica abdominal hipopressiva

Professor: Alexandre Gràcia

Del 3 al 19 de juliol

MP09 · Intensiú

Dimarts i dijous, d'11.15

a 12.15 h

Preu: 36 € · 6 sessions

Del 2 al 16 de juliol

MP10 · Grup A

Dilluns, de 20 a 21 h

Del 4 al 18 de juliol

MP11 · Grup B

Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 18 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 12 al 26 de setembre

MP12 · Grup A

Dimecres, de 20 a 21 h

Del 13 al 27 de setembre

MP13 · Grup B

Dijous, d'11.15 a 12.15 h

Preu: 18 € · 3 sessions

## Joventut (+ 12 anys)\*

### Fitcross per a joves

Professor: Albert Larriba

Del 4 al 18 de juliol

MJ01 · Dimecres, d'11.30 a

12.30 h

MJ02 · Dimecres, de 12.30 a

13.30 h

Preu: Gratuït · 3 sessions

### Torneig de Minecraft

Professor: Javi Pérez

Del 5 al 12 de juliol

MJ03 · Dijous, de 16.30 a

18 h

Preu: Gratuït · 2 sessions

### Parkour

Professor: Javi Pérez

Del 5 al 19 de juliol

MJ04 · Dijous, de 18 a 20 h

Preu: Gratuït · 3 sessions

*\* Per als alumnes menors d'edat, es requereix inscripció presencial al centre*

## 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.

Més informació:

93 589 20 18

centresculturals.santcugat.cat

### Expressió

#### Dansa africana

Professora: Núria Muñoz (Associació Karamalà)

Del 2 al 4 de juliol

LE1 · Grup A

Dilluns i dimecres, de 19 a 21.30 h

Del 9 al 11 de juliol

LE2 · Grup B

Dilluns i dimecres, de 19 a 21.30 h

Del 16 al 18 de juliol

LE3 · Grup C

Dilluns i dimecres, de 19 a 21.30 h

Preu: 25 € amb música en directe · 2 sessions

Torn setembre:

Del 12 al 26 de setembre

LE4 · Dimecres, de 19 a 21.30 h  
Preu: 37.50 € amb música en directe · 3 sessions

#### Dansa afrocaribenya

Professora: Carolina Garcia  
Torn setembre:

Del 18 al 25 de setembre

LE5 · Dimarts, de 18 a 19.30 h  
Preu: 15 € · 2 sessions

### Formació musical

#### Introducció a la tècnica vocal

Professora: Marina "BBface" Torres

Del 3 al 19 de juliol

LM1 · Dimarts i dijous, de 17 a 18.30 h

Preu: 76.50 € · 6 sessions

### Interpretació de cançons

Professora: Marina "BBface" Torres

Del 3 al 19 de juliol

LM2 · Dimarts i dijous, de 18.30 a 20 h

Preu: 76.50 € · 6 sessions

### Benestar i creixement personal

#### Pilates

Professora: Laura Jardí

Del 3 al 19 de juliol

LB1 · Dimarts i dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 30 € · 6 sessions

Torn setembre:

Del 13 al 27 de setembre

LB2 · Dimarts i dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 25 € · 5 sessions

#### Meditació

Professora: Laura Jardí

Del 3 al 19 de juliol

LB3 · Dimarts i dijous, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 30 € · 6 sessions

Torn setembre:

Del 13 al 27 de setembre

LB4 · Dimarts i dijous, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 25 € · 5 sessions

### Monogràfics

#### 5Ritmes

Professora: Emma Llana

LO1 · Dijous 5 de juliol, de 19 a 21 h

Preu: 15 €

### Infància i joventut\*

#### Danses del món

(de 8 a 12 anys)

Professora: Carolina Garcia

Torn setembre:

Del 13 al 27 de setembre

LI1 · Dilluns i dijous, de 16.45 a 17.45 h

Preu: 25 € · 5 sessions

\* Per als alumnes menors d'edat, es requereix inscripció presencial al centre

### Activitats per a famílies

#### Dansa "Corazón"

Professora: Erica Borzese

Del 5 al 19 de juliol

LF1 · Grup A (Per a famílies amb fills de 3 a 18 mesos)

Dijous, de 17 a 18 h

LF2 · Grup B (Per a famílies amb fills de 18 mesos a 3 anys)

Dijous, de 18 a 19 h

Preu: 18 € · 3 sessions

#### Mamacanta

Professora: Tànit Navarro

Del 3 al 17 de juliol

LF3 · Grup A (mares i nadons)

Dimarts, de 17 a 18 h

Preu: 27 € · 3 sessions

LF4 · Grup B (embarassades)

Dimarts, de 18 a 19.30 h

Preu: 40.50 € · 3 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

Més informació:

93 583 81 43

centresculturals.santcugat.cat

### Coneixement

#### Anglès

Professora: Alba Ollé

Torn setembre

Del 12 al 26 de setembre

PC1 · Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 9 € · 3 sessions

### Expressió

#### Balls de saló

A càrrec de l'Escola de Balls de Sant Cugat

Del 3 al 17 de juliol

PE1 · Grup A

Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Del 4 al 18 de juliol

PE2 · Grup B

Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Torn setembre

Del 18 i 25 de setembre

PE3 · Grup C

Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Preu: 6 € · 2 sessions

Del 12 al 26 de setembre

PE4 · Grup D

Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 9 € · 3 sessions

#### Sabors d'orient

Professora: Laura Olivares

Del 5 al 19 de juliol

PE5 · Dijous, de 17 a 19 h

Preu: 18 € · 3 sessions

Torn setembre

Del 13 al 27 de setembre

PE6 · Dijous, de 17 a 19 h

Preu: 18 € · 3 sessions

### Recursos

#### Costura estiuenca

Professora: Sheila Escudero

Del 2 al 16 de juliol

PR1 · Dilluns, de 18.30 a 20 h

Preu: 13,5 € · 3 sessions

Torn setembre

17 i 24 de setembre

PR2 · Dilluns, de 18.30 a 20 h

Preu: 9 € · 2 sessions

#### "Sketching" (dibuix Ràpid)

Professora: Anna Obón

Del 5 al 19 de juliol

PR3 · Grup A

Dijous, de 16 a 18 h

Preu: 30 € · 3 sessions

Del 5 al 19 de juliol

PR4 · Grup B

Dijous, de 18 a 20 h

Preu: 30 € · 3 sessions

#### Composició fotogràfica

Professora: Ramon Girona

Torn setembre

17 i 24 de setembre

PR5 · Dilluns, de 19 a 21 h

Preu: 20 € · 2 sessions

#### Cosmètica natural per l'estiu

Professora: Noèlia Narejo

Del 4 al 18 de juliol

PR6 · Dimecres, de 18 a 19.30 h

Preu: 22.50 € + 14 € de material

3 sessions

Torn setembre

Del 12 al 26 de setembre

PR7 · Dimecres, de 18 a 19.30 h

Preu: 22.50 € + 14 € de material

3 sessions

### Informàtica i noves tecnologies

#### Crea els teus videojocs amb Scratch

Professora: Javier Pérez

Del 2 al 16 de juliol

PP1 · Dilluns, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 3 sessions

#### Munta el teu robot

Professora: Javier Pérez

Del 4 al 18 de juliol

PP2 · Dimarts, de 18 a 19 h

Preu: gratuït · 3 sessions

### Benestar i creixement personal

#### Pilates

Professora: Laura Jardí

Del 3 al 17 de juliol

PB1 · Dimarts, de 15.45 a 16.45 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Torn setembre

18 i 25 de setembre

PB2 · Dimarts, de 15.45 a 16.45 h

Preu: 6 € · 2 sessions

#### Meditació

Professora: Laura Jardí

Del 2 al 16 de juliol

PB3 · Dilluns, de 16 a 17 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Torn setembre

17 i 24 de setembre

PB4 · Dilluns, de 16 a 17 h

Preu: 6 € · 2 sessions



**Gimnàstica abdominal hipopressiva**

Professor: Àlex Gràcia

Del 4 al 18 de juliol

PB5 · Dimecres, de 17 a 18 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Torn setembre

Del 5 al 19 de setembre

PB6 · Dimecres, de 17 a 18 h

Preu: 9 € · 3 sessions

**Hatha ioga**

Professora: Anna Rafanell

Del 5 al 19 de juliol

PB7 · Grup A

Dijous, de 16.30 a 17.30 h

PB8 · Grup B

Dijous, de 19 a 20 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Torn setembre

Del 13 al 27 de setembre

PB9 · Grup C

Dijous, de 16.30 a 17.30 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Del 13 al 27 de setembre

PB10 · Grup D

Dijous, de 19 a 20 h

Preu: 9 € · 3 sessions

**Familiar****Dansa en família**

Professora: Raquel Cano

Del 4 al 18 de juliol

PF1 · Dimecres, de 18 a 20 h

Preu: 30 € · 3 sessions

Torn setembre

Del 12 al 26 de setembre

PF2 · Dimecres, de 18 a 20 h

Preu: 30 € · 3 sessions

**Esport a Les Planes****Gimnàstica suau gent gran**

Professor: Albert Larriba

Del 3 al 17 de juliol

PS1 · Grup A

Dimarts, de 17.30 a 18.30 h

Preu: gratuït · 3 sessions

Del 5 al 19 de juliol

PS2 · Grup B

Dijous, de 17.30 a 18.30 h

Preu: gratuït · 3 sessions

Torn setembre

18 i 25 de setembre

PS3 · Grup C

Dimarts, de 17.30 a 18.30 h

Preu: gratuït · 3 sessions

Del 13 al 27 de setembre

PS4 · Grup D

Dijous, de 17.30 a 18.30 h

Preu: gratuït · 3 sessions

**Entrenament funcional**

Professor: Albert Larriba

Del 3 al 17 de juliol

PS5 · Dimarts, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 3 sessions

Torn setembre

18 i 25 de setembre

PS6 · Dimarts, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 2 sessions

**Fitness class**

Professor: Albert Larriba

Del 5 al 19 de juliol

PS7 · Dijous, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 3 sessions

Torn setembre

Del 13 al 27 de setembre

PS8 · Dijous, de 19 a 20 h

Preu: gratuït · 3 sessions

**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:

Plaça de la Creu d'en Blau  
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

**Consulta el nou  
funcionament  
d'inscripcions online!**

**[centresculturals.santcugat.cat](http://centresculturals.santcugat.cat)**