

Cursos i tallers

Juliol - setembre 2019

Inscripcions ONLINE a partir del 12 de juny a les 10 h



AJUNTAMENT DE
SantCugat

Cultura



JULIOL

Coneixement

Travel & English

Professora: Maribelle Rodríguez
 De l'1 al 15 de juliol
 JUL01 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h
 Preu: 30 € · 3 sessions

Donaré testimoni fins el final: Auschwitz

Professor: Ricardo Baixeras
 Del 2 al 16 de juliol
 JUL02 · Dimarts, de 19 a 20.30 h
 Preu: 30 € · 3 sessions

Taller d'escriptura Haiku

Professor: Josep Amorós
 Del 3 al 17 de juliol
 JUL03 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
 Preu: 23 € · 3 sessions

Els bestiaris. Símbols dels animals a les diferents cultures

Professor: Jorge Rodríguez
 Del 4 a l'11 de juliol
 JUL04 · Dijous, de 19 a 21 h
 Preu: 18 € · 2 sessions

Expressió

Fotografia el teu viatge

Professor: Marc Quévy
 Del 3 al 17 de juliol
 JUL05 · Dimecres, de 19 a 21 h
 Preu: 27 € · 3 sessions

Taller de creació de videojocs socials*

Professora: Patricia Margarit
 Del 2 al 5 de juliol
 JUL06 · Dimarts, dijous i divendres, de 18 a 21 h
 Preu: gratuït · 3 sessions

*En el marc de l'exposició *NEGOCIO, Projecte seleccionat a la convocatòria "Programa obert per a les sales d'exposicions municipals, via pública, art mural i propostes efímeres"*.

Recursos

Patronatge i confecció

Professora: Sílvia Pérez
 Del 2 al 16 de juliol
 JUL07 · Dimarts, de 18 a 21 h
 Preu: 41 € · 3 sessions

Cosim a màquina. Iniciació

Professora: Sílvia Pérez
 Del 4 al 18 de juliol
 JUL08 · Dijous, de 18 a 20 h
 Preu: 27 € · 3 sessions

Cosim a màquina: fem una camisa o un vestit camiser

Professora: Bea Segura
 De l'1 al 17 de juliol
 JUL09 · Dilluns i dimecres, de 19 a 21 h
 Preu: 54 € · 6 sessions

Informàtica i noves tecnologies

Aprèn a dissenyar presentacions amb Power Point

Professora: Marisol Rovira
 De l'1 al 17 de juliol
 JUL10 · Dilluns i dimecres, de 18.30 a 20.30 h
 Preu: 54 € · 6 sessions

Benestar i creixement personal

Pilates

Professora: Itziar Fenollar
 De l'1 al 15 de juliol
 JUL11 · Grup A
 Dilluns, de 9 a 10 h

Del 3 al 17 de juliol
 JUL12 · Grup B
 Dimecres, de 9 a 10 h

Del 2 al 16 de juliol
 JUL13 · Grup C
 Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
 JUL14 · Grup D
 Dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Del 3 al 17 de juliol
 JUL15 · Grup E
 Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
 JUL16 · Grup F
 Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

Del 4 al 18 de juliol
 JUL17 · Grup G
 Dijous, de 18.30 a 19.30 h
 JUL18 · Grup H
 Dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 20 € · 3 sessions

Monogràfics

Art floral: centre de flors amb recipient vegetal

Professora: Bet Morató
 JUL19 · Dimarts 9 de juliol, de 17 a 21 h
 Preu: 22 € + 15 € material

Taller de carvat de segells (Snail Mail)

Professora: Anna Bustins
 JUL20 · Dijous 11 de juliol, de 18.30 a 20.30 h
 Preu: 10 € + 10 € material

SETEMBRE

Coneixement

Il fior fiore di Linguarte

Professora: Gisella Tiberio
 Del 9 al 25 de setembre
 SET01 · Dilluns i dimecres, de 18 a 20.30 h
 Preu: 57 € · 5 sessions

Sesto trimestre, Suite

Professora: Gisella Tiberio
 Del 10 al 26 de setembre
 SET02 · Dimarts i dijous, de 18 a 20.30 h
 Preu: 68 € · 6 sessions

Expressió

Edita les teves fotografies del viatge

Professor: Marc Quévy
 Del 19 al 26 de setembre
 SET03 · Dijous, de 19 a 21 h
 Preu: 18 € · 2 sessions

Benestar i creixement personal

Pilates

Professora: Itziar Fenollar
 Del 9 al 30 de setembre
 SET04 · Grup A
 Dilluns, de 8.15 a 9.15 h
 SET05 · Grup B
 Dilluns, de 9.15 a 10.15 h
 Preu: 26 € · 4 sessions

Del 18 al 25 de setembre
 SET06 · Grup C
 Dimecres, de 8.15 a 9.15 h
 SET07 · Grup D
 Dimecres, de 9.15 a 10.15 h
 Preu: 13 € · 2 sessions

Del 10 al 24 de setembre
 SET08 · Grup E
 Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
 SET09 · Grup F
 Dimarts, de 19.30 a 20.30 h
 Preu: 20 € · 3 sessions

Del 18 al 25 de setembre
 SET10 · Grup G
 Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
 SET11 · Grup H
 Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
 SET12 · Grup I
 Dimecres, de 19.30 a 20.30 h
 Preu: 13 € · 2 sessions

Del 12 al 26 de setembre
 SET13 · Grup J
 Dijous, de 18.30 a 19.30 h
 SET14 · Grup K
 Dijous, de 19.30 a 20.30 h
 Preu: 20 € · 3 sessions

Feldenkrais

Professora: Itziar Fenollar
 Del 10 al 24 de setembre
 SET15 · Dimarts, de 10 a 11 h
 Preu: 22 € · 3 sessions

xaletnegre:



JULIOL

Coneixement

Travel & English

Professora: Maribelle Rodríguez
Del 4 al 18 de juliol
JUL01 · Dijous, de 10 a 12 h
Preu: 30 € · 3 sessions

Benestar i creixement personal

Ashtanga Ioga

Professora: Avryl Vizoso
De l'1 al 15 de juliol
JUL02 · Grup matí
Dilluns, de 10 a 11 h
Del 3 al 17 de juliol
JUL03 · Grup tarda
Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 15 € · 3 sessions

Feldenkrais

Professora: Itziar Fenollar
Del 2 al 16 de juliol
JUL04 · Dimarts, de 10 a 11 h
Preu: 22 € · 3 sessions

Tai Txi – Txi Kung

Professora: Maite Fruitós
Del 4 al 18 de juliol
JUL05 · Grup A
Dijous, de 9 a 10 h
JUL06 · Grup B
Dijous, de 10 a 11 h

Professora: Marta Fernández
De l'1 al 15 de juliol
JUL07 · Grup C
Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 20 € · 3 sessions

Mindfulness i comunicació

Professora: Anna Coderch
Del 4 al 18 de juliol
JUL08 · Dijous, de 19 a 20.30 h
Preu: 21 € · 3 sessions

Cuidem l'esquena

Amb la col·laboració de CAVIS
Del 4 al 18 de juliol
JUL09 · Dijous, de 12.15 a 13.15 h
Preu: 15 € · 3 sessions

Expressió

Prova la salsa cubana

Professor: Raimond Lahera
Del 3 al 17 de juliol
JUL10 · Dimecres, de 19 a 20 h
Preu: 20 € · 3 sessions

Salsa cubana. Manteniment

Professor: Raimond Lahera
Del 3 al 17 de juliol
JUL11 · Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 20 € · 3 sessions

SETEMBRE

Mindfulness

Professora: Anna Coderch
Del 12 al 26 de setembre
SET01 · Dijous, de 19 a 20.30 h
Preu: 21 € · 3 sessions

Expressió

Jazz steps. Iniciació

Professora: Roser Ros
De l'1 al 17 de juliol
JUL01 · Dilluns i dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 44 € · 6 sessions

Jazz steps. Intermig

Professora: Roser Ros
De l'1 al 17 de juliol
JUL02 · Dilluns i dimecres, de 19 a 20 h
Preu: 44 € · 6 sessions

Lindy hop (ball swing) Iniciació

A càrrec de Fem Lindy i Roser Ros
De l'1 al 17 de juliol
JUL03 · Dilluns i dimecres, de 20 a 22 h
Preu: 66 € · 6 sessions

Dansa africana

A càrrec de l'associació Afro Alamuta
Del 2 al 18 de juliol
JUL04 · Dimarts i dijous, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 66 € · 6 sessions

Zumba

Professora: Alba Calero
Del 2 al 18 de juliol
JUL05 · Dimarts i dijous, de 19 a 20 h
Preu: 30 € · 6 sessions

Benestar i creixement personal

Kundalini Ioga

Professor: Àlex Yeste
Del 3 al 17 de juliol
JUL06 · Dimecres, de 18 a 19.30 h
Preu: 23 € · 3 sessions

Hatha Ioga

Professor: Àlex Yeste
Del 2 al 16 de juliol
JUL07 · Grup A
Dimarts, de 14.15 a 15.15 h
JUL08 · Grup B
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h

Del 4 al 18 de juliol
JUL09 · Grup C
Dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 15 € · 3 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva

Professora: Maialen Nabarro
Del 3 al 17 de juliol
JUL10 · Grup A
Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
Del 4 al 18 de juliol
JUL11 · Grup B
Dijous, d'11.15 a 12.15 h
Preu: 18 € · 3 sessions

Infància

Comparteix la música: La Nana i l'avi Papet (2 a 6 anys)

Professora: Anna Roig Dolz de Creixendo
JUL12 · Dimarts 9 de juliol, de 17.15 a 18 h
Preu: 7 €

Pinta la música: La Nana i l'avi Papet (2 a 6 anys)

Professora: Anna Roig Dolz de Creixendo
JUL13 · Dimarts 16 de juliol, de 17 a 18.30 h
Preu: 10 € + 10 € material

casal torreblanca:

SETEMBRE

Expressió

Dansa africana

A càrrec de l'associació Afro Alamuta
Del 10 al 26 de setembre
SET01 · Dimarts i dijous, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 66 € · 6 sessions

Benestar i creixement personal

Kundalini Ioga

Professor: Àlex Yeste
Del 18 al 25 de setembre
SET02 · Dimecres, de 20.30 a 22 h
Preu: 15 € · 2 sessions

Hatha Ioga

Professors: Anna Rafanell i Àlex Yeste (Grup E)

Del 10 al 24 de setembre
SET03 · Grup A
Dimarts, de 9 a 10 h
SET04 · Grup B
Dimarts, de 14.15 a 15.15 h
SET05 · Grup C
Dimarts, de 17.30 a 18.30 h

Del 12 al 26 de setembre
SET06 · Grup D
Dijous, de 9 a 10 h
SET07 · Grup E
Dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 15 € · 3 sessions

AULA GASTRONÒMICA



CURSOS DE CUINA

Cuina per a mandrosos

Professor: Josep Vidal
JUL14 · Dilluns 1 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material

Cuina per a convidats

Professor: Josep Vidal
JUL15 · Dimarts 2 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material

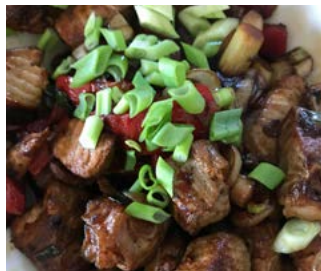
Maridatge amb cerveses

Professor: Manel Guirado
JUL16 · Dimecres 3 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material



Cuina tradicional

Professor: Josep Vidal
Del 4 al 18 de juliol
JUL17 · Dijous, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 59 € + 30 € material
 3 sessions



La cuina del pop

Professor: Jean Claude Aranega
JUL18 · Dijous 4 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 10 € material



Orxates i smoothies vegetals

Professora: Maria Alcolado
JUL19 · Divendres 5 de juliol, de 18.30 a 21.30 h
 Preu: 20 € + 5 € material

Salses, guarnicions & batch cooking

Professor: Manel Guirado
JUL20 · Dilluns 8 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material

Tapes estiuenques

Professor: Jean Claude Aranega
JUL21 · Dimarts 9 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 10 € material



Ramen freds i fideus asiàtics d'estiu

Professor: Manel Guirado
JUL22 · Dimecres 10 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material



Maridatge de formatges amb vins blancs i fruita

Professor: Kike Ojanguren
JUL23 · Dijous 11 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material



Arrossos

Professor: Manel Guirado
JUL24 · Dissabte 13 de juliol, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 20 € + 15 € material



Cuina d'estiu amb estrella

Professor: Francesc Danés
JUL25 · Dilluns 15 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 17 € material



Cuina crudevègana

Professora: Maria Alcolado
JUL26 · Dimarts 16 de juliol, de 18.30 a 21.30 h
 Preu: 20 € + 6 € material

Maridatges estiuenques

Professor: Manel Guirado
JUL27 · Dimecres 17 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material



La cuina oblidada

Professor: Jean Claude Aranega
JUL28 · Dijous 18 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 10 € material

BBQ & BRASES d'estiu

Professor: Manel Guirado
JUL29 · Divendres 19 de juliol, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material

Tallers al Casal Torreblanca per a joves de 12 a 25 anys

Drons. Curs d'iniciació al vol FPV

Aprèn a fer volar un dron
A càrrec de PRO DRONE BCN
De l'1 a l'11 de juliol
Dimarts i dijous, d'11 a 13 h
Preu: 60 €



Gravem una cançó de Trap!

Professor: Giovanni P.Liotta
Dimarts 2 de juliol, d'11 a 14 h
Preu: 15 €



Fotografia

Professora: Ester Pérez
De l'1 al 5 de juliol, de 10 a 13 h
Preu: 55 € · 5 sessions



Receptes fàcils i bones

Professora : Rosa Maria Garcia
Dimarts 16 i dijous 18 de juliol, de 10 a 13 h
Preu per sessió: 15 € + 5 € material



Dansa. K-pop

Professora : Ariadna Canaves
De l'1 al 22 de juliol
Dilluns, de 16.30 a 18.30 h
Preu: 27 € · 6 sessions



Serigrafia artística. Crea, experimenta i estampa!

Professora: Anna Tó
Del 8 a l'11 de juliol, de 17 a 20 h
Preu: 72 € + 15 € material · 4 sessions
Material gratuït per a joves menors de 25 anys
Casa Aymat



CONCURS INSTAGRAM

GUANYA UN PACK DE
4 ENTRADES
A PORT AVENTURA



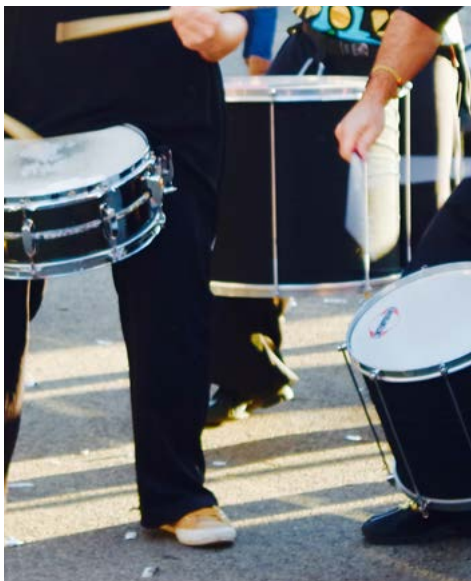
1 SEGUEIX-NOS
A L'INSTAGRAM
[@OHFICINA_JOVE](#)

2 PENJA UNA SELFIE AMB EL HASHTAG
#CONCURSJOVE19 CELEBRANT L'ESTIU
I ETIQUETA L'OHFICINA JOVE
Participants d'entre 12 i 29 anys,
del 7 de juny al 7 de juliol (fins les 23.59 h)

3 EL 10 DE JULIOL PUBLICAREM
LA PERSONA **GUANYADORA**
AL NOSTRE INSTAGRAM

#CONCURSJOVE19

CURSOS



Batucada Summer Camp

A càrrec de La Batuescola
Del 3 al 24 de juliol
Dimecres, de 20 a 22 h
Preu: 50 € · 4 sessions

1era Quinzena Batucada Summer Camp

A càrrec de La Batuescola
Del 3 al 10 de juliol
Dimecres, de 20 a 22 h
Preu: 30 € · 2 sessions

2a Quinzena Batucada Summer Camp

A càrrec de La Batuescola
Del 17 al 24 de juliol
Dimecres, de 20 a 22 h
Preu: 30 € · 2 sessions

CAMPUS ROCK SANT CUGAT 2019



ESCOLA ITINERANT DE POP-ROCK

**Concerts, tallers, combos i campus
per a joves a partir de 12 anys**

Dies 25, 26 i 27 d'octubre al Casal Torreblanca

Professors:

Jimmy Piñol - Lax'n'busto
Toni Xuclà - Menaix a Trua
Joan Pau Chaves - Els Pets

Edats:

Mini- campus: de 8 a 11 anys
Campus Rock: a partir de 12 anys

Inscripcions a partir del 22 de juliol a:
www.campus-rock.com



centre d'art
maristany:

casaaymat:

CENTRE D'ART MARISTANY

How to build an abstract painting (like building a house)

Professor: Michael Lawton

Del 8 al 19 de juliol

ART01 · Dilluns, dimecres i divendres, de 10 a 13 h
Preu: 108 € · 6 sessions

Dibuixar la natura. Rural sketching

Professora: Laura Klamburg

Del 1 al 15 de juliol

ART02 · Dilluns i dijous, de 17 a 20 h
Preu: 75 € · 5 sessions

CASA AYMAT

Iniciació al torn

Professora: Sandra Rubio

El 9 i l'11 de juliol

CA01 · Grup A
Dimarts i dijous, de 16 a 20 h

El 10 i el 12 de juliol

CA02 · Grup B
Dimecres i divendres, de 16 a 20 h

Preu: 48 € + 42 € material*
2 sessions

Porcellana: decora amb la porcellana de color

Professora: Rosa Cortiella

Del 4 al 18 de juliol

CA03 · Dilluns i dijous,
de 17 a 20 h
Preu: 90 € + 12 € material
5 sessions

Ceràmica: joies en Rakú

Professora: Lola Gratacós

El 16, el 18 i el 20 de setembre

CA04 · Dilluns, dimecres i
divendres, de 10 a 13 h
Preu: 54 € + 9 € material*
3 sessions

Ceràmica. Les mil i una formes. El bol de te (Chawan)

Professora: Sandra Rubio

El 5, el 12 i el 19 de setembre

CA05 · Dijous, de 17 a 20 h
Preu: 54 € + 12 € material*
3 sessions

*Inclou material i servei de forn

Monogràfic de gravat al collagraph

Professora: Neus Colet
Del 2 a l'11 de juliol
CA06 · Dimarts i dijous, de 10 a 14 h
Preu: 96 € + 20 € material
4 sessions

Seminari Sumi-E: tècnica oriental de tinta xinesa. Estructura i essència

Professora: Anna Maria Llagostera
Del 5 al 19 de juliol
CA07 · Divendres, de 10 a 14 h
Preu: 69 € + 18 € material
3 sessions

Talla en pedra

Professor: Lluç Baños
De l'1 al 17 de juliol
CA08 · Dilluns i dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 147 € + 8 € material
6 sessions
Amb possibilitat d'adquirir material extra específic + 40 €
Consultar a Casa Aymat

Serigrafia artística. Crea, experimenta i estampa!

Professora: Anna Tó
Del 8 a l'11 de juliol
CA09 · De dilluns a dijous, de 17a 20 h
Preu: 72 € + 15 € material
(Material gratuït per joves menors de 25 anys)
4 sessions

Del fil al tapís

Professora: Queralt Illa
Del 9 al 18 de juliol
CA10 · Dimarts i dijous, de 10 a 13 h
Preu: 84 € + 5 € material
4 sessions

Activitats de ceràmica per a infants (a partir de 5 anys)

Crea els teus estris per esmorzar! Bols i tasses

Professora: Nora Nebreda
Del 2 al 5 de juliol
CA12 · De dimarts a divendres, de 10 a 12 h
Preu: 46 € + 10 € material*
4 sessions

Possibilitat d'inscriure's per sessions individuals:

Crea estris per esmorzar: fes el teu bol!
Professora: Nora Nebreda
CA13 · Dimarts 2 de juliol, de 10 a 12 h
Preu: 12 € + 10 € material*

Crea estris per esmorzar: fes la teva tassa!
Professora: Nora Nebreda
CA14 · Dijous 4 de juliol, de 10 a 12 h
Preu: 12 € + 10 € material*

Iniciació al modelat. Testos i mòbils

Professora: Nora Nebreda
Del 9 al 12 de juliol
CA15 · De dimarts a divendres, de 10 a 12 h
Preu: 46 € + 10 € material*
4 sessions

Possibilitat d'inscriure's per sessions individuals:

Iniciació al modelat: crea el teu test!
Professora: Nora Nebreda
CA16 · Dimarts 9 de juliol, de 10 a 12 h
Preu: 12 € + 10 € material*

Iniciació al modelat: crea el teu mòbil!
Professora: Nora Nebreda
CA17 · Dijous 11 de juliol, de 10 a 12 h
Preu: 12 € + 10 € material*



casal
mirasol:

Expressió

Taller de dibuix i pintura

Professora: Isabel Pons
Del 3 al 17 de juliol
ME01 · Dimecres, de 18 a 20 h
Preu: 36 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 17 al 24 de setembre
ME02 · Dimarts, de 18 a 20 h
Preu: 24 € · 2 sessions

Taller d'il·lustració

Professora: Isabel Pons
Del 2 al 16 de juliol
ME03 · Dimarts, de 18 a 20 h
Preu: 36 € · 3 sessions

Lindy hop

Professors: Raluca M. Gaidau i Sergiy Shmat
De l'1 al 15 de juliol
ME04 · Iniciació
Dilluns, de 19 a 20 h
ME05 · Intermedi
Dilluns, de 20 a 21 h
Preu: 24 € · 3 sessions

Zumba

Professora: Carla Bustamante
Del 2 al 16 de juliol
ME06 · Grup A
Dimarts, de 20 a 21 h
Del 3 al 17 de juliol
ME07 · Grup B
Dimecres, de 19 a 20 h
ME08 · Grup C
Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 18 € · 3 sessions

Ballet per a adults. Avançat

Professora: Montse Pallàs
Del 2 al 16 de juliol
ME09 · Grup A
Dimarts, de 18 a 19.30 h
Del 4 al 18 de juliol
ME10 · Grup B
Dijous, de 18 a 19.30 h
Preu: 27 € · 3 sessions
Torn setembre:
Del 17 al 26 de setembre
ME11 · Dimarts i dijous, de 18 a 19.30 h
Preu: 36 € · 4 sessions

Ballet per a adults. Iniciació II

Professora: Montse Pallàs
Del 3 al 17 de juliol
ME12 · Dimecres, de 18 a 19.30 h
Preu: 27 € · 3 sessions

Recursos

Restauració de mobles

Professora: Paquita Izquierdo
De l'1 al 15 de juliol
MR01 · Grup A
Dilluns, de 10 a 13 h
Del 2 al 16 de juliol
MR02 · Grup B
Dimarts, de 10 a 13 h
Del 4 al 18 de juliol
MR03 · Grup C
Dijous, de 10 a 13 h
Preu: 54 € · 3 sessions
Torn setembre:
Del 16 al 23 de setembre
MR04 · Matí
Dilluns, de 10 a 13 h
MR05 · Tarda
Dilluns, de 16.30 a 19.30 h
Preu: 36 € · 2 sessions



Fotografia de viatges

Professora: Sergi Oriola
Del 3 al 17 de juliol
MR06 · Dimecres, de 17 a 19 h
Preu: 42 € · 3 sessions

Introducció a l'aromateràpia: olis essencials per l'estiu

Professora: Annick Vanhollenbeke
MR07 · Dimecres 3 de juliol, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 10 € + 4 € material

Taller de flor natural d'estiu

Professora: Maria Casamitjana
Del 3 al 17 de juliol
MR08 · Dimecres, de 18 a 20 h
Preu: 30 € + 20 € material
3 sessions

Benestar i creixement personal

Ioga

Professora: Catherine Rossier
Del 2 al 16 de juliol
MP01 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 19.45 h
MP02 · Grup B
Dimarts, de 19.45 a 21 h
Preu: 23 € · 3 sessions
Torn setembre:
Del 17 al 24 de setembre
MP03 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 19.45 h
MP04 · Grup B
Dimarts, de 19.45 a 21 h
Preu: 15 € · 2 sessions

Ioga per a embarassades

Professora: Anna Santos
De l'1 al 15 de juliol
MP05 · Dilluns, de 10 a 11.30 h
Preu: 32 € · 3 sessions

Ioga amb nadons

Professora: Anna Santos
De l'1 al 15 de juliol
MP06 · Dilluns, d'11.30 a 13 h
Preu: 32 € · 3 sessions

Pilates

Professora: Patricia Bedós
De l'1 al 15 de juliol
MP07 · Grup A
Dilluns, de 19 a 20 h
MP08 · Grup B
Dilluns, de 20 a 21 h
Preu: 18 € · 3 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva

Professor: Alexandre Gràcia
Del 2 al 18 de juliol
MP09 · Intensiu
Dimarts i dijous, d'11.15 a 12.15 h
Preu: 36 € · 6 sessions
De l'1 al 15 de juliol
MP10 · Grup A
Dilluns, de 20 a 21 h
Del 3 al 17 de juliol
MP11 · Grup B
Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 18 € · 3 sessions

Torn setembre:
Del 17 al 24 de setembre
MP12 · Grup Matí
Dimarts, d'11.15 a 12.15 h

Del 18 al 25 de setembre
MP13 · Grup Tarda
Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 12 € · 2 sessions

Autodefensa per a dones

Professora: Amanda Nevado
Del 4 al 18 de juliol
MP14 · Dijous, de 19 a 20.15 h
Preu: 23 € · 3 sessions

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 a
93 589 20 18
casalmirasol@santcugat.cat
centresculturals.santcugat.cat

Conversa

"Apéro" i conversa en francès

Professor: Jean-Christophe Coutaud
Del 9 al 16 de juliol
LC1 · Dimarts, de 19 a 21 h
Preu: 30 € · 2 sessions

Expressió

Dansa africana

Professora: Núria Muñoz
Del 3 al 24 de juliol
LE1 · Dimecres, de 19 a 21 h
Preu: 56 € amb música en directe · 4 sessions

Dansa afrocaribenya i consciència corporal

Professora: Carolina Garcia
Del 2 al 16 de juliol
LE2 · Dimarts, de 18 a 20 h
Preu: 30 € · 3 sessions

Dansa creativa

Professora: Erica Borzese
Del 3 al 17 de juliol
LE3 · Grup A*
Dimecres, d'11.30 a 13 h
Del 5 al 19 de juliol
LE4 · Grup B
Divendres, de 18 a 19.30 h
Preu: 27 € · 3 sessions

Teatre burlesc i clown

Professor: Jean-Christophe Coutaud
LE5 · Grup A
Dijous 11 de juliol, de 18 a 21.30 h
LE6 · Grup B
Dijous 18 de juliol, de 18 a 21.30 h
Preu: 21 €

Formació musical

Introducció a la tècnica vocal

Professora: Marina "BBface" Torres
Del 2 al 18 de juliol
LM1 · Dimarts i dijous, de 17 a 18.30 h
Preu: 74 € · 6 sessions

Interpretació de cançons

Professora: Marina "BBface" Torres
Del 2 al 18 de juliol
LM2 · Dimarts i dijous, de 18.30 a 20 h
Preu: 74 € · 6 sessions

Benestar i creixement personal

Meditació

Professora: Laura Jardí
Del 2 al 16 de juliol
LB1 · Grup A
Dimarts, de 19 a 20 h
Del 4 al 18 de juliol
LB2 · Grup B
Dijous, de 19 a 20 h
Preu: 15 € · 3 sessions
Torn setembre:
Del 17 al 24 de setembre
LB3 · Grup A
Dimarts, de 19 a 20 h
Del 19 al 26 de setembre
LB4 · Grup B
Dijous, de 19 a 20 h
Preu: 10 € · 2 sessions

Pilates

Professora: Laura Jardí

Del 2 al 16 de juliol

LB5 · Grup A

Dimarts, de 20 a 21 h

Del 4 al 18 de juliol

LB6 · Grup B

Dijous, de 20 a 21 h

Preu: 15 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 17 al 24 de setembre

LB7 · Grup A

Dimarts, de 20 a 21 h

Del 19 al 26 de setembre

LB8 · Grup B

Dijous, de 20 a 21 h

Preu: 10 € · 2 sessions

Pilates suau*

Professora: Laura Jardí

Del 2 al 16 de juliol

LB9 · Dimarts, de 10 a 11 h

Preu: 15 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 17 al 24 de setembre

LB10 · Dimarts, de 10 a 11 h

Preu: 10 € · 2 sessions

Respiració i relaxació

Professora: Erica Borzese

Del 3 al 17 de juliol

LB11 · Grup A*

Dimecres, de 10 a 11.30 h

Del 5 al 19 de juliol

LB12 · Grup B

Divendres, de 19.30 a 21 h

Preu: 27 € · 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. Cal inscripcions prèvia.

Més informació a

93 589 81 43

casinofloresta@santcugat.cat

centresculturals.santcugat.cat

Hatha Ioga

Torn setembre:

Professora: Anna Rafanell

Del 19 al 26 de setembre

LB13 · Grup A

Dijous, de 18.30 a 20 h

Del 17 al 24 de setembre

LB14 · Grup B

Dimarts, de 19.45 a 21.15 h

Preu: 15 € · 2 sessions

Monogràfics

Passejada guiada per la Floresta

Professor: Rémi Potriquet

Passeig circular de 7 km

Sortida: plaça Miquel Ros

LO1 · Dissabte 6 de juliol, de 9 a 12 h

Preu: 6 €

Infància i joventut

Dances del món (de 8 a 12 anys)

Professora: Carolina García

Del 4 al 18 de juliol

LI1 · Dijous, de 16.30 a 18 h

Preu: 27 € · 3 sessions

*Activitat realitzada al Centre Social i Sanitari de La Floresta



casal
lesplanes:

Expressió

Country

Professora: Àngels Lallinde

De l'1 al 15 de juliol

PE1 · Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Balls de Saló

A càrrec de l'Escola de Balls de Sant Cugat

Del 2 al 16 de juliol

PE2 · Grup A

Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Del 3 al 17 de juliol

PE3 · Grup B

Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Torn setembre:

Del 17 al 24 de setembre

PE4 · Grup A

Dimarts, de 20.15 a 21.15 h

Del 18 al 25 de setembre

PE5 · Grup B

Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 6 € · 2 sessions

Recursos

Ensinistrament caní

Professora: Marta Martorell

Del 2 al 16 de juliol

PR1 · Dimarts, de 19 a 20 h

Preu: gratuït + 5 € material

3 sessions

Manualitats, artesanía, art i escultura

Professora: Anna María Díaz

Del 3 al 17 de juliol

PR2 · Dimecres, de 17 a 18 h

Preu: 18 € · 3 sessions

Informàtica i noves tecnologies

Llenguatge de programació a través del joc: «Code Combat» (8 a 12 anys)

Professor: Axel Benavidez

PP1 · Dilluns 8 de juliol,

de 17 a 19 h

Preu: gratuït

Què escollir entre ordinador i tablet? Utilització i eines de la tablet

Professor: Axel Benavidez

PP2 · Dilluns 16 de setembre, de 17 a 19 h

Preu: gratuït

Retoc fotogràfic amb el mòbil

Professor: Axel Benavidez

PP3 · Dilluns 23 de setembre, de 17 a 19 h

Preu: gratuït

Benestar i creixement personal

Pilates

Professora: Laura Jardí

Del 3 al 17 de juliol

PB1 · Dimecres, de 15.45 a 16.45 h

Preu: 9 € · 3 sessions

Gimnàstica abdominal Hipopressiva

Professor: Àlex Gràcia
Del 3 al 17 de juliol
PB2 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 9 € · 3 sessions

Kundalini ioga

Professor: Ivan Martí
Del 4 al 18 de juliol
PB3 · Dijous, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 9 € · 3 sessions

Meditació

Professora: Laura Jardí
De l'1 al 15 de juliol
PB4 · Dilluns, de 18 a 19 h
Preu: 9 € · 3 sessions

Hatha ioga

Professora: Anna Rafanell
Del 19 al 26 de setembre
PB5 · Dijous, de 16.30 a 17.30 h
Preu: 9 € · 3 sessions

Esport a les Planes

Gimnàstica per a gent gran

Professor: Albert Larriba
Del 2 al 23 de juliol
PS1 · Dimarts, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 4 sessions

Torn setembre:
Del 3 al 26 de setembre
PS2 · Dimarts i dijous, de 17.30
a 18.30 h
Preu: gratuït · 8 sessions

Entrenament funcional

(per a majors de 18 anys)
Professor: Albert Larriba
Del 2 al 23 de juliol
PS3 · Dimarts, de 19 a 20 h
Preu: gratuït · 4 sessions

Torn setembre:
Del 3 al 26 de setembre
PS4 · Dimarts, dimecres i dijous,
de 19 a 20 h
Preu: gratuït · 11 sessions

Espai Jove +12 anys

Taller d'art

Professor: Juanpy Álvarez
De l'1 al 15 de juliol
PEJ1 · Dilluns, de 16 a 17.30 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Parkour i acrobàcies

Professora: Sara Ortiz
De l'1 al 15 de juliol
PEJ2 · Dilluns, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Torn setembre:
Del 9 al 23 de setembre
PEJ3 · Dilluns, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Taller de fusta

A càrrec de l'Espai ECO
Del 2 al 16 de juliol
PEJ4 · Dimarts, de 16 a 17.30 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Esport per a joves

Professor: Albert Larriba
Del 2 al 16 de juliol
PEJ5 · Dimarts, de 18 a 19 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Piscina

Professora: Sara Ortiz
Del 3 al 17 de juliol
PEJ6 · Dimecres, de 16 a 18 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Torn setembre:
PEJ7 · Dijous 12, dimecres 18 i
dimecres 25 de setembre,
de 16 a 18 h
Preu: gratuït · 3 sessions

Sortim del Casal*

Professora: Sara Ortiz
Del 4 al 19 de juliol
PEJ8 · Dijous i divendres,
de 16 a 20 h
Preu: gratuït · 6 sessions

*Cal participar almenys a dues
activitats més per poder anar a
les sortides de l'Espai Jove

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 casal torreblanca@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
casal mirasol:	C. Mallorca, 42 08195 Mira-sol, Sant Cugat del Vallès Telèfon: 93 589 20 18 casalmirasol@santcugat.cat
casino lafloresta:	C. Casino, 27 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

Consulta el funcionament
d'inscripcions online!

centresculturals.santcugat.cat