

Cursos i tallers

A B R I L - J U N Y 2 0 2 0

Inscripcions ONLINE a partir del 18 de març a les 10 h



AJUNTAMENT DE
SantCugat

| Cultura



Coneixement

Parlem d'història de l'art*

Professora: Laura Llanelli
Del 20 d'abril al 15 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 14 d'abril al 16 de juny
CON02 · Nivell 3 tarda
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Del 17 d'abril al 19 de juny
CON03 · Nivell 3 matí
Divendres, d'11 a 13 h
Del 15 d'abril al 17 de juny
CON04 · Nivell 6 tarda
Dimecres, de 18 a 20 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
CON05 · Nivell 6 matí
Dijous, d'11 a 13 h
Preu: 85 € · 10 sessions

Cinearte (Linguarte)

Professora: Gisella Tiberio
El 20 i 27 d'abril, el 18 i 22 de maig i el 8 i 19 de juny
CON06 · Dilluns i divendres, de 18 a 21 h
Preu: 77 € · 6 sessions

Tutto arte solo arte! (Linguarte)

Professora: Gisella Tiberio
El 4 i 25 de maig, i el 15 de juny
CON07 · Dilluns, de 18 a 21 h
Preu: 45 € · 3 sessions

L'iconografia dantesca: le rappresentazioni figurative della Divina Commedia nel corso dei secoli

Professora: Gisella Tiberio
L'11 de maig i l'1 i 22 de juny
CON08 · Dilluns, de 18 a 20 h
Preu: 39 € · 3 sessions

Conversa en francès (nivell mitjà-alt)*

Professora: Catherine Gascó
Del 14 d'abril al 16 de juny
CON09 · Grup A
Dimarts, de 17.30 a 19 h
CON10 · Grup B
Dimarts, de 19 a 20.30 h
Preu: 70 € · 10 sessions

Conversations in english*

Professora: Linda Charlesworth
Del 16 d'abril al 18 de juny
CON11 · Intermediate
Dijous, de 18 a 19.30 h
CON12 · Upper intermediate / advanced
Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 70 € · 10 sessions

Gestió i transformació de conflictes

Professor: Xavier Garí
Del 15 d'abril al 13 de maig
CON13 · Dimecres, de 19.30 a 21 h
Preu: 49 € · 5 sessions

Els primers grans imperis del Pròxim Orient Antic

Professor: Josep Maria Barrés
Del 16 d'abril al 14 de maig
CON14 · Dijous, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 38 € · 5 sessions

Taller de lectura

Professor: Ricardo Baixeras
De l'11 de maig al 15 de juny
CON15 · Dilluns, de 19.30 a 21 h
Preu: 59 € · 6 sessions

Les catedrals medievals i el bestiar mitològic

Professor: Jorge Rodríguez
Del 21 de maig al 4 de juny
CON16 · Dijous, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 30 € · 3 sessions

Introducció al procés de creació d'una sèrie o film per cinema o tv

Professor: Ibán Roca
Del 21 de maig al 18 de juny
CON17 · Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 38 € · 5 sessions

Humor i filosofia: el riure és una cosa més seriosa!

Professor: Xavier López
Del 27 de maig al 17 de juny
CON18 · Dimecres, de 19.30 a 21 h
Preu: 30 € · 4 sessions

Expressió

Fotografia digital. Iniciació

Professor: Marc Quévy
Del 20 d'abril al 8 de juny
EXP01 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 81 € · 8 sessions + 1 sortida

Edició de fotografia digital

Professor: Marc Quévy
EXP02 · Dissabte 23 de maig, de 10 a 14 h
Preu: 20 €

Taller de fotografia: el producte

Professor: Marc Quévy
EXP03 · Dissabte 30 de maig, de 10 a 14 h
Preu: 24 €

Taller de fotografia: el retrat

Professor: Marc Quévy
EXP04 · Dissabte 13 de juny, de 10 a 14 h
Preu: 24 €

Recursos

Patronatge i confecció*

Professores: Bàrbara Zimmermann (matí) i Sílvia Pérez (tarda)
Del 20 d'abril al 22 de juny
REC01 · Matí
Dilluns, d'11 a 13 h
REC02 · Tarda
Dilluns, de 17.45 a 19.45 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 19.45 a 20.45 h

Cosim a màquina

Professora: Bea Segura (vestit estiuenc) i Sílvia Pérez (iniciació)
Del 15 d'abril al 17 de juny
REC03 · Fes el teu vestit estiuenc*
Dimecres, de 17 a 19 h
REC04 · Iniciació
Dimecres, de 19 a 21 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Ganxet

Professora: Elisenda Sitjà
Del 16 d'abril al 14 de maig
REC05 · Dijous, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 50 € · 5 sessions

Mitja

Professora: Elisenda Sitjà
Del 21 de maig al 18 de juny
REC06 · Dijous, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 50 € · 5 sessions

Informàtica i noves tecnologies

Informàtica. Continuació*

Professora: Marisol Rovira
Del 20 d'abril al 22 de juny
INF01 · Dilluns, de 9.30 a 11.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Fes la teva pàgina web amb Wordpress. Nivell 1

Professora: Maria Vancells
Del 17 d'abril al 22 de maig
INF02 · Grup matí
Divendres, de 9.30 a 11.30 h
Del 14 d'abril al 12 de maig
INF03 · Grup tarda
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Fes la teva pàgina web amb Wordpress. Nivell 2

Professora: Maria Vancells
Del 29 de maig al 19 de juny
INF04 · Grup matí
Divendres, de 9 a 11.30 h
Preu: 45 € · 4 sessions

Del 19 de maig al 16 de juny
INF05 · Grup tarda
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 1

Professora: Marisol Rovira
Del 15 d'abril al 13 de maig
INF06 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 2

Professora: Marisol Rovira
Del 20 de maig al 17 de juny
INF07 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 3

Professora: Marisol Rovira
Del 25 de maig al 22 de juny
INF08 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Photoshop

Professora: Marisol Rovira
Del 20 d'abril al 18 de maig
INF09 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Treu profit al teu instagram

Professora: Maria Vancells
Del 16 d'abril al 14 de maig
INF10 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Edició de vídeo amb DaVinci

Professor: Toni López
Del 16 d'abril al 14 de maig
INF11 · Dijous, de 20.30 a 22 h
Preu: 38 € · 5 sessions

Crea la teva botiga online: curs d'E-Commerce 1

Professora: Maria Vancells
Del 21 de maig al 18 de juny
INF12 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 5 sessions

Posicionament SEO. Nivell 2

Professor: Toni López
Del 21 de maig al 18 de juny
INF13 · Dijous, de 20.30 a 22 h
Preu: 38 € · 5 sessions

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

A càrrec de Centre Núria Caballé
Del 7 de maig al 11 de juny
CRE01 · Dijous, d'11.30 a 12.30 h
Preu: 54 € · 6 sessions

Eneagrama. Nivell 2

Professora: Liliana Patricia Aguayo

Del 20 d'abril al 11 de maig
CRE02 · Tarda
Dilluns, de 18.45 a 21.15 h
Preu: 50 € · 4 sessions

Del 15 d'abril al 13 de maig
CRE03 · Matí
Dimecres, de 10.30 a 12.30 h
Preu: 50 € · 5 sessions

Feldenkrais*

Professora: Itziar Fenollar
Del 14 d'abril al 16 de juny
CRE04 · Grup A
Dimarts, de 10 a 11 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE05 · Grup B
Dijous, de 10 a 11 h
CRE06 · Grup C
Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 73 € · 10 sessions

Taller de Feldenkrais

Professora: Itziar Fenollar
Suavitza les espatlles i allibera el coll
CRE07 · Dissabte 25 d'abril, de 10 a 12.30 h
Una mandíbula més disponible
CRE08 · Dissabte 9 de maig, de 10 a 12.30 h

Desperta la teva columna
CRE09 · Dissabte 23 de maig, de 10 a 12.30 h

La força de la pelvis
CRE10 · Dissabte 6 de juny, de 10 a 12.30 h

La melodia del teu moviment
CRE11 · Dissabte 20 de juny, de 10 a 12.30 h

Preu: 18 €/sessió

Pilates*

Professora: Itziar Fenollar

Del 20 d'abril al 22 de juny
CRE12 · Grup A
Dilluns, de 8.15 a 9.15 h
CRE13 · Grup B
Dilluns, de 9.15 a 10.15 h

Del 14 d'abril al 16 de juny
CRE14 · Grup C
Dimarts, de 9 a 10 h

Del 15 d'abril al 17 de juny
CRE15 · Grup D
Dimecres, de 8.15 a 9.15 h
CRE16 · Grup E
Dimecres, de 9.15 a 10.15 h

Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE17 · Grup F
Dijous, de 9 a 10 h

Del 14 d'abril al 16 de juny
CRE18 · Grup G
Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
CRE19 · Grup H
Dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Del 15 d'abril al 17 de juny
CRE20 · Grup I
Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
CRE21 · Grup J
Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
CRE22 · Grup K
Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE23 · Grup L
Dijous, de 18.30 a 19.30 h
Preu: 65 € · 10 sessions

Monogràfics**Taller de carvat de segells (lettering)**

Professora: Anna Bustins
MON01 · Dissabte 9 de maig, d'11 a 13.30 h
Preu: 12 € + 10 € material

Taller de cianotipia

Professora: Anna Bustins
MON02 · Dissabte 6 de juny, d'11 a 13.30 h
Preu: 12 € + 10 € material

Costura creativa: upcycling d'una camisa vella, convertim-la en tres accessoris per anar de picnic

Professora: Txell Lagresa
El 25 d'abril, el 16 de maig i el 13 de juny
MON03 · Dissabtes, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 41 € + 20 € material
3 sessions

Possibilitat d'inscriure's per sessions individuals

Costura creativa: fem un porta termos i ampolles
MON04 · 25 d'abril
Preu: 15 € + 7 € material

Costura creativa: fem una motxilla tèrmica per dur les carmanyoles
MON05 · 16 de maig
Preu: 15 € + 7 € material

Costura creativa: fem un estoig pels coberts i un tovalló
MON06 · 13 de juny
Preu: 15 € + 7 € material

**Coneixement****Conversations in english***

Professora: Linda Charlesworth
Del 20 d'abril al 22 de juny
CON01 · Elementary / Pre-intermediate
Dilluns, de 17 a 18 h
Preu: 47 € · 10 sessions
CON02 · Intermediate
Dilluns, de 18 a 19.30 h
CON03 · Upper intermediate /advanced
Dilluns, de 19.30 a 21 h
Preu: 70 € · 10 sessions

Tertúlia en francès

Professora: Catherine Gascó
El 16 d'abril, el 21 de maig i el 18 de juny
CON04 · Dijous, de 18.30 a 20 h
Preu: 23 € · 3 sessions

Benestar i creixement personal**Meditació***

Professora: Núria Rodríguez
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE01 · Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Ioga*

Professora: Núria Rodríguez
Del 15 d'abril al 17 de juny
CRE02 · Grup A
Dimecres, de 20.45 a 22 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE03 · Grup B
Dijous, de 20.45 a 22 h
Preu: 63 € · 10 sessions

Tai Txi i Txi Kung*

Professora: Maite Fruitós
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE04 · Iniciació 3
Dijous, de 9 a 10 h
CRE05 · Avançat
Dijous, de 10 a 11 h
Professora: Marta Fernández
Del 20 d'abril al 22 de juny
CRE06 · Grup tarda
Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 65 € · 10 sessions

Mindfulness

Professora: Anna Coderch
Del 20 d'abril al 22 de juny
CRE07 · Grup matí
Dilluns, de 9.30 a 11 h
Preu: 75 € · 10 sessions
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE08 · Introducció
Dijous, de 19 a 20 h
CRE09 · Manteniment
Dijous, de 20 a 21 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Cuidem l'esquena*

Amb la col·laboració de CAVIS
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE10 · Dijous, d'11.15 a 12.15 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Expressió**Lindy Hop (ball swing)***

Professors: Aina Vidal i Lluís Calvera
Del 20 d'abril al 22 de juny
EXP01 · Nivell 3 grup A
Dilluns, de 19.30 a 20.30 h

xaletnegre:

EXP02 · Nivell 3 grup B
Dilluns, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Professors: Anna Bustins i Javi Leal
Del 17 d'abril al 19 de juny
EXP03 · Nivell 2
Divendres, de 18 a 19 h
EXP04 · Nivell 3 grup C
Divendres, de 20 a 21 h
Preu: 54 € · 9 sessions

Jazz steps. Nivell 3*

Professor: Javi Leal
Del 17 d'abril al 19 de juny
EXP05 · Divendres, de 19 a 20 h
Preu: 41 € · 9 sessions

Teatre! Sortim de la zona de confort

Professor: Francesc Abril
Del 20 d'abril al 22 de juny
EXP06 · Dilluns, de 20.15 a 21.45 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Salsa cubana*

Professor: Raimond Lahera
Del 15 d'abril al 17 de juny
EXP07 · Avançat
Dimecres, de 19 a 20 h
EXP08 · Intermedi
Dimecres, de 20 a 21 h
EXP09 · Nivell 3
Dimecres, de 21 a 22 h
Preu: 55 € · 10 sessions

Expressió

Lindy Hop (ball swing)*

Professors: Roser Ros i Jose M. Farfán (Mago)
Del 20 d'abril al 22 de juny
EXP01 · Intermedi 1 grup A
Dilluns, de 18 a 19 h

EXP02 · Intermedi 2
Dilluns, de 19 a 20 h
EXP03 · Intermedi avançat
Dilluns, de 20 a 21 h
EXP04 · Nivell avançat +
Dilluns, de 21 a 22 h

Professors: Laia Campmany i Ibon Doval
EXP05 · Intermedi 1 grup B
Dilluns, de 19 a 20 h
EXP06 · Nivell avançat
Dilluns, de 20 a 21 h

Professors: Laia Casamitjana i Ibon Doval
EXP07 · Intermedi 1 grup C
Dilluns, de 21 a 22 h

Professors: Anna Serra i Marc Ramos
Del 14 d'abril al 16 de juny
EXP08 · Nivell 7
Dimarts, de 19 a 20 h
EXP09 · Nivell 5
Dimarts, de 20 a 21 h

Professors: Anna Bustins i Laia Casamitjana
Del 15 d'abril al 17 de juny
EXP10 · Nivell 6 grup A
Dimecres, de 18.30 a 19.30 h
EXP11 · Nivell 6 grup B
Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Professors: Laia Campmany i Daniel Murillo

Del 17 d'abril al 19 de juny
EXP12 · Nivell 3
Divendres, de 18 a 19 h
EXP13 · Intermedi 3
Divendres, de 20 a 21 h
Preu: 54 € · 9 sessions

Balboa*

Professors: Mònica Soto i Marc Andreu
Del 17 d'abril al 19 de juny
EXP14 · Nivell 3 grup A
Divendres, de 19 a 20 h
EXP15 · Nivell 3 grup B
Divendres, de 20 a 21 h
Preu: 54 € · 9 sessions

Dansa africana*

A càrrec de l'associació Afro Alamuta (música en directe)
Del 21 d'abril al 16 de juny
EXP16 · Nivell mig
Dimarts, de 20.15 a 22.15 h

Del 23 d'abril al 18 de juny
EXP17 · Nivell obert
Dijous, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 96 € · 8 sessions

Dansa contemporània*

Professora: Alba Sanmartí
Del 15 d'abril al 17 de juny
EXP18 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Ballades a la plaça: el 19 d'abril (amb un DJ), el 17 de maig (música en directe) i el 21 de juny (música en directe) de 12 a 14.30 h. Vine a la plaça de Can Quitèria a gaudir del vermut&swing.

Zumba*

Professora: Alba Calero
Del 14 d'abril al 16 de juny
EXP19 · Grup A
Dimarts, de 19 a 20 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
EXP20 · Grup B
Dijous, de 20 a 21 h
EXP21 · Grup C
Dijous, de 21 a 22 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Benestar i creixement personal

Meditació*

Professor: Àlex Yeste
Del 17 d'abril al 19 de juny
CRE01 · Divendres, de 9.30 a 10.30 h
Preu: 45 € · 9 sessions

Kundalini ioga*

Professor: Àlex Yeste
Del 15 d'abril al 17 de juny
CRE02 · Grup tarda
Dimecres, de 20.30 a 22 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Del 17 d'abril al 19 de juny
CRE03 · Grup matí
Divendres, d'11 a 12.30 h
Preu: 61 € · 9 sessions

Hatha ioga*

Professors: Anna Rafanell (grup A, B, C, E i F) i Àlex Yeste (grup D)

De 14 d'abril al 16 de juny
CRE04 · Grup A
Dimarts, de 9 a 10.15 h
CRE05 · Grup B
Dimarts, de 17.30 a 18.45 h

Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE06 · Grup C
Dijous, de 9 a 10.15 h
CRE07 · Grup D
Dijous, de 17.30 a 18.45 h
Preu: 63 € · 10 sessions

De 14 d'abril al 16 de juny
CRE08 · Grup E
Dimarts, de 14.15 a 15.15 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE09 · Grup F
Dijous, de 14.15 a 15.15 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Iniciació

Professora: Maialen Nabarro
Del 20 d'abril al 18 de maig
CRE10 · Grup matí
Dilluns, de 10 a 11 h
Del 16 d'abril al 14 de maig
CRE11 · Grup tarda
Dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 30 € · 5 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Nivell 2

Professora: Maialen Nabarro
Del 25 de maig al 22 de juny
CRE12 · Grup matí
Dilluns, de 10 a 11 h
Del 21 de maig al 18 de juny
CRE13 · Grup tarda
Dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 30 € · 5 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Manteniment*

Professora: Maialen Nabarro
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE14 · Grup matí
Dijous, de 9.45 a 10.30 h

CRE15 · Grup tarda
Dijous, de 18.30 a 19.15 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva amb nadons

Professora: Maialen Nabarro
Del 20 d'abril al 18 de maig
CRE16 · Dilluns, d'11 a 12 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Gimnàstica postpart amb nadons

Professora: Maialen Nabarro
Del 16 d'abril al 14 de maig
CRE17 · Dijous, de 10.30 a 11.30 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Esquena saludable

Professora: Maialen Nabarro
Del 20 d'abril al 22 de juny
CRE18 · Dilluns, de 9 a 10 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Activitat física suau*

Professora: Berta Gómez
De 14 d'abril al 16 de juny
CRE19 · Grup A
Dimarts, de 10.30 a 11.30 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
CRE20 · Grup B
Dijous, de 10.30 a 11.30 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Monogràfics

Dansa africana amb dunduns

A càrrec d'Afro Alamuta
MON01 · Dissabte 9 de maig, de 17 a 21 h
Preu: 24 €

Intensiu de Shim Sham

Professora: Roser Ros
MON02 · Dissabte 16 de maig, d'11.30 a 13.30 h
Preu: 15 €

Musicalitat: juga amb l'estructura musical i conversa amb la parella

Professors: Javi Leal i Júlia Moutinho
MON03 · Dissabte 30 de maig, de 12 a 14 h
Preu: 18 €

Solo jazz: balla solo en parella (i en grup!)

Professors: Javi Leal i Júlia Moutinho
MON04 · Dissabte 30 de maig, de 17 a 19 h
Preu: 18 €

Hort a casa

Plantes remeieres i medicinals que no poden faltar al teu hort

Professora: Anna Valderrama
HORT01 · Divendres 15 de maig, de 18 a 20.30 h
Preu: 5 €

Plagues, animals i altres éssers vius a l'hort

Professora: Anna Valderrama
HORT02 · Dissabte 6 de juny, de 10.30 a 13.30 h
Preu: 5 €

Infància

Música en família*

A càrrec de Creixendo
Dissabte 18 d'abril, 9 i 23 de maig, i 20 de juny
INF01 · Mou la música 1 (12 a 23 mesos): de 10 a 11 h
INF02 · Mou la música 2 (24 a 36 mesos): d'11 a 12 h
INF03 · Creix la música (3 a 5 anys): de 12 a 13 h
Preu: 34 € per infant · 4 sessions



CURSOS DE CUINA

Cuina creativa

Cuina creativa per a convidats

Professor: Josep Vidal
CUI01 · Divendres 17 d'abril,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Cuina de primavera amb estrella

Professor: Francesc Danés
CUI02 · Dilluns 20 d'abril,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Food experience: 1a edició

Professors: Francesc Danés i
Sue Chávez
CUI03 · Dilluns 4 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material
Només es pot fer una de
les edicions

Cuina creativa per a mandrosos

Professor: Josep Vidal
CUI04 · Dilluns 18 de maig,
de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 10 € material

Tapes i platillos amb estrella

Professor: Francesc Danés
CUI05 · Dilluns 25 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Cuina en miniatura

Professor: Josep Vidal
CUI06 · Dilluns 8 de juny,
de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 10 € material

Food experience: 2a edició

Professors: Francesc Danés i
Sue Chávez
CUI07 · Dilluns 15 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material
Només es pot fer una de
les edicions

Cuina de revetlla

Professor: Josep Vidal
CUI08 · Dilluns 22 de juny,
de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 10 € material

Cuina tradicional i de mercat

Verdures i llegum, carns, peixos, arrossos, fideuàs i pastes*

Professor: Jean Claude Aranega
Del 14 d'abril al 12 de maig
CUI09 · Dimarts, de 19 a 22 h
Preu: 83 € + 35 € material
5 sessions

Matrícula preferent per als antics alumnes

Peixos i les seves guarnicions

Professor: Jean Claude Aranega
CUI10 · Dimarts 26 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Mar i muntanya

Professor: Jean Claude Aranega
CUI11 · Dimarts 2 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Cuina del Cantàbric

Professor: Jean Claude Aranega
CUI12 · Dimarts 9 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Pastisseria i rebosteria

Pastisseria creativa: carrot cake

Professor: David Hernandez
CUI13 · Dilluns 27 d'abril,
de 19 a 21 h
Preu: 13 € + 4 € material

Pastisseria creativa: els secrets del tiramisú

Professor: David Hernández
CUI14 · Divendres 29 de maig,
de 19 a 21 h
Preu: 13 € + 3 € material

Pastisseria refrigerada: mousse de 3 xocolates

Professor: David Hernández
CUI15 · Dissabte 20 de juny,
de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 5 € material

Cuina saludable

Receptes ràpides i originals per al dia a dia

Professor: Roger Comella
CUI16 · Dijous 21 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Organitza els teus menús d'estiu: curs teòric

Professora: Maria Alcolado
CUI17 · Dijous 4 de juny,
de 18.30 a 21.30 h
Preu: 20 €

Cuina sense foc

Professora: Maria Alcolado
CUI18 · Dijous 18 de juny,
de 18.30 a 21.30 h
Preu: 20 € + 5 € material

Cuina temàtica

Sandvitxos, wraps i summerrols

Professor: Dani Maldonado
@xefdann
CUI19 · Dijous 7 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

BBQ & BRASES de primavera

Professor: Manel Guirado
CUI20 · Divendres 8 de maig,
de 19 a 22.30 h
Preu: 23 € + 15 € material

Arrossos de primavera

Professor: Manel Guirado
CUI21 · Dissabte 9 de maig,
d'11 a 14 h
Preu: 20 € + 15 € material

Hamburgueses gourmet

Professor: Jean Claude Aranega
CUI22 · Dimarts 19 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Les mil i unes formes de la tonyina

Professor: Manel Guirado
CUI23 · Dijous 28 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Menú food influencer

Professor: Rafa Antonín
@rafuel55
CUI24 · Dissabte 30 de maig,
de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina al buit i baixa temperatura

Professor: Manel Guirado
CUI25 · Dijous 11 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material



Introducció a les tècniques de tall

Professor: Manel Guirado
CUI26 · Dimecres 17 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Ens mengem el món

Bento, la carmanyola japonesa

Professora: Camila Loew
CUI27 · Divendres 24 d'abril,
de 18 a 21 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina mexicana

Professor: Dani Maldonado
@xefdann
CUI28 · Dimecres 13 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

La connexió nikkei: sashimi, ceviches i tiraditos

Professor: Manel Guirado
CUI29 · Dijous 14 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Poké bowl

Professor: Dani Maldonado
@xefdann
CUI30 · Divendres 15 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Street food asiàtic

Professor: Dani Maldonado
@xefdann
CUI31 · Divendres 5 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Washoku, dolços japonesos

Professora: Camila Loew
CUI32 · Divendres 12 de juny,
de 18 a 21 h
Preu: 20 € + 12 € material

Cuina asiàtica fàcil

Professor: Jean Claude Aranega
CUI33 · Dimarts 16 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Vins, cerveses i maridatges

Tast de vins: els vins de la vall del Duero

Professor: Manel Guirado
Del 15 d'abril al 6 de maig
CUI34 · Dimecres, de 19.30 a
21.30 h
Preu: 40 € + 30 € material
4 sessions

Possibilitat d'inscriure's per
sessions individuals

Ribera del Duero/Arlanza:
caràcter local amb vocació
internacional
CUI35 · 15 d'abril
Preu: 12 € + 10 € material

Rueda i Cigales: blancs i rosats
en terres de vi negre
CUI36 · 22 d'abril
Preu: 12 € + 10 € material

Toro i Tierra del vino Zamora:
tempranillo i altres varietats en
condicions extremes
CUI37 · 29 d'abril
Preu: 12 € + 10 € material

Arribes de Duero i Douro
(Portugal): vins de frontera
CUI38 · 6 de maig
Preu: 12 € + 10 € material

Maridatges BBB "Bueno, bonito y barato"

Professor: Manel Guirado
Del 20 de maig al 10 de juny
CUI39 · Dimecres, de 19.30 a
21.30 h
Preu: 40 € + 40 € material
4 sessions

Possibilitat d'inscriure's per
sessions individuals

Maridatge amb conserves,
escabetxos i encurtits
CUI40 · 20 de maig
Preu: 13 € + 12 € material

Maridatge amb cuina Thai
CUI41 · 27 de maig
Preu: 13 € + 12 € material

Maridatge amb vins escumosos
CUI42 · 3 de juny
Preu: 13 € + 12 € material

Maridatge amb vins rosats
CUI43 · 10 de juny
Preu: 13 € + 12 € material

Maridatge de primavera

Professor: Manel Guirado
CUI44 · Dijous 16 d'abril,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Maridatge amb formatges i vins naturals

Professor: Kike Ojanguren
CUI45 · Dilluns 11 de maig,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

El vermut i altres aperitius

Professor: Manel Guirado
CUI46 · Dissabte 23 de maig,
d'11.30 a 14 h
Preu: 17 € + 15 € material

Cata amb formatges de campionat

Professor: Kike Ojanguren
CUI47 · Divendres 19 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Tallers familiars

Cuina literària de Sant Jordi

Professora: Sol Peñafiel
CUI48 · Dissabte 25 d'abril,
de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 6 € material

Cuina europea

Professora: Sol Peñafiel
CUI49 · Dissabte 16 de maig,
de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 6 € material

Receptes per la revetlla de Sant Joan

Professora: Sol Peñafiel
CUI50 · Dissabte 13 de juny,
de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 6 € material

Del l'hort al plat

L'exuberància de les verdures

Professor: Dani Maldonado
@xefdann
CUI51 · Dilluns 1 de juny,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 10 € material

Alguns dels productes utilitzats en els cursos de cuina, seran collits a l'hort gastronòmic del Casal Torreblanca.





PÍNDOLES

La meua ubicació. On sóc o cap a on vaig com a estudiant?

A càrrec de Carles Andreu
Assessoria Acadèmica
OHJ01 · Dilluns 20 d'abril, de 17 h a 18.30 h

Un Estiu Solidari

A càrrec de Chanine Boots
Assessoria de Mobilitat Internacional
OHJ02 · Dimarts, 28 d'abril 17.30 a 19 h

TIPS per la cerca de feina d'estiu

A càrrec de Cristina Catarineu
Assessoria Laboral
OHJ03 · Dijous 14 de maig, 17.30 a 19 h

Activitats gratuïtes, cal inscripció prèvia a oficinajove.santcugat.cat



TALLERS

Hip-hop i danses urbanes VI

A càrrec de Sílvia Barón de The Basement Crew
Del 15 de maig al 19 de juny
OHJ04 · Divendres, de 17 a 19 h
Preu: 36 € · 6 sessions + mostra fi de curs el 26 de juny

KPOP II

A càrrec d'Iñaki de Erasquin
Del 15 de maig al 19 de juny
OHJ05 · Divendres, de 18 a 20 h
Preu: 36€ · 6 sessions + mostra fi de curs el 26 de juny

Fotografia

Del 8 de maig al 19 de juny
OHJ06 · Divendres, de 17 a 19 h
Preu: 70 € + 20 € material · 7 sessions



COOL FRIDAYS

CUINA

Cuinem 100% gluten free

A càrrec de Joana Millet Arias
OHJ07 · Divendres 17 d'abril, de 17 a 20 h

Cuina mexicana

A càrrec de Joana Millet Arias
OHJ08 · Divendres 22 de maig, de 17 a 20 h

Activitats gratuïtes, cal inscripció prèvia a oficinajove.santcugat.cat



PARLEM-NE: COM ENS CUIDEM?

Xerrades adreçades a joves de 16 a 25 anys

Autodefensa

A càrrec del col·lectiu Assata Shakur
Del 6 de maig al 17 de juny
OHJ09 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 6 € (sessió gratuïta de prova dimecres 29 d'abril)

Selctivitat? Don't pànic! Tècniques de relaxació i preparació pels exàmens

A càrrec de Marta Bonilla
Farmacèutica i biòloga especialista en tècniques anti-estrès
El 25 d'abril, 3 i 9 de maig
OHJ10 · Dissabtes, de 10 a 12 h
Preu: 40 € · 3 sessions

Xerrades adreçades a pares, mares, tutors/es i professionals

Drogues, adolescents i límits. Com tractem aquests temes en l'àmbit familiar?

A càrrec de Roger Ferrer
Assessoria sobre Drogues a Joves i Família
OHJ11 · Dimecres 3 de juny, de 18 a 19.30 h
Preu: gratuït

Adolescents: És massa tard per parlar de sexe?

A càrrec de Clara Figueras
Assessoria d'Orientació Personal
OHJ12 · Dijous 21 de maig, de 17.30 a 19 h
Preu: gratuït

CURSOS

Percussió corporal. Iniciació

Professora: Anna Llombart
Del 20 d'abril al 22 de juny
PUA01 · Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 50 € · 10 sessions



TALLERS

Il·luminació escènica

Professor: Bernat Llunell
PUA02 · Dimecres 22 d'abril, de 9 a 14.30 h
Preu: 18 €



Curs de vídeo per espectacles

Professor: Alfonso Ferri
El 27 i el 28 d'abril
PUA03 · Dilluns i dimarts, de 9 a 14.30 h
Preu: 44 € · 2 sessions



Disseny, programació i connectivitat, Q-LAB4

Professor: Efrén Fuentes de Global Audio Solutions
El 12 i el 13 de maig
PUA04 · Dimarts i dimecres, de 9 a 14.30 h i de 15.30 a 18 h
Preu: 150 €



Chalart 58 Dub Lessons

Professor: Chalart 58
PUA05 · Dimecres 27 de maig, de 18.30 a 21.30 h
Preu: 15 €



Taller d'ajust de l'instrument: porta el teu instrument!

A càrrec de David Solé (Leno Guitars)
PUA06 · Dissabte 6 de juny, de 10 a 14 h
Preu: 20 € + 15 € en material (inclou kit de manteniment)



PROJECCIÓ/XERRADA

Black is Beltza

A càrrec de Beñat Beitia i Joni D
PUA07 · Dimecres 10 de juny, de 19 a 22.30 h
Preu: gratuït
Organitza Sant Q Black





Art. Creació, coneixement i aprenentatge

Del dibuix a la pintura: idea, mètode i procés *

Professor: Marc Badia
Del 20 d'abril al 22 de juny
ART01 · Dilluns, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 9 sessions + Masterclass el 27 d'abril visita a FASE

Del 15 d'abril al 17 de juny
ART02 · Dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 8 sessions + Masterclass el 10 de juny visita a HANGAR + Masterclass el 13 de maig a càrrec de Josep Domínguez

Sumi-E contemporani. Pintura zen*

Professora: Anna Mª Llagostera
De l'11 de maig al 22 de juny
ART03 · Dilluns, de 18 a 20.30 h
Preu: 103 € + 18 € material · 7 sessions

Dibuix i color*

Professor: Vince van Geffen
Del 14 d'abril al 16 de juny
ART04 · Dimarts, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

Dibuixar la natura. Rural sketching

Professora: Laura Klamburg
Del 14 d'abril al 16 de juny
ART05 · Dimarts, de 18 a 20.30 h
Preu: 129 € · 9 sessions + Masterclass el 9 de juny a càrrec de César Marcén

Expressar-te. Taller de dibuix i color

Professor: Pedro Espinosa
Del 15 d'abril al 17 de juny
ART06 · Dimecres, de 18 a 21 h
Preu: 139 € · 9 sessions + Masterclass el 20 de maig a càrrec de Josep Domínguez

Figura humana amb model. Processos i metodologies alternatives per abordar el dibuix *

Professor: Pedro Espinosa
Del 16 d'abril al 18 de juny
ART07 · Dijous, de 10 a 13 h
Preu: 139 € + 38 € cost model
10 sessions

Procediments pictòrics. La mirada porosa*

Professora: Alejandra Atarés
Del 17 d'abril al 19 de juny
ART08 · Divendres, de 10 a 13 h
Preu: 125 € · 9 sessions

Painting time in english*

Professor: Michael Lawton
Del 25 d'abril al 20 de juny
ART09 · Dissabte, d'11 a 14 h
Preu: 105 € · 7 sessions

Masterclass

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

Visita a FASE, espai de creació i pensament

A càrrec de Marc Badia/FASE
Dilluns 27 d'abril, de 10 a 13 h

Visita a HANGAR, centre de producció i recerca d'arts visuals

A càrrec de Marc Badia/Hangar
Dimecres 10 de juny, de 10 a 13 h

Tècniques d'encaix orientades al dibuix realista

A càrrec de Josep Domínguez
Dimecres 13 de maig, de 10 a 13 h
Dimecres 20 de maig, de 18 a 21 h

Dibuixar la natura. Apunts botànics en aquarel·la

A càrrec de César Marcén
Dimarts 9 de juny, de 18 a 20.30 h

Espai obert de creació.

Window: viure l'art amb tots els sentits*

A càrrec de Gusti, Isma i Inge Nouws
Del 17 d'abril al 19 de juny
ART10 · Divendres, de 18 a 20 h · 9 sessions
Preu: 3 € material / sessió

Itineraris culturals

"El paseo de Robert Walser"

Una creació d'Esteban Feune de Colombi i Marc Caellas
ART11 · Divendres 12 de juny, de 19 a 21 h
Preu: 20 €



Art. Creació, coneixement i aprenentatge

Escultura**

Professor: Pere Borrat
Del 14 d'abril al 16 de juny
 CA01 · Grup A
 Dimarts, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € · 10 sessions
Del 15 d'abril al 17 de juny
 CA02 · Grup B
 Dimecres, de 17 a 20 h
 Preu: 139 € · 10 sessions
Del 16 d'abril al 18 de juny
 CA03 · Grup C
 Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € · 10 sessions

Espai modelat**

Professora: Ana Rosenzweig
Del 15 d'abril al 17 de juny
 CA04 · Dimecres, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € · 10 sessions

Iniciació a la ceràmica**

Professora: Lola Gratacós
Del 14 d'abril al 16 de juny
 CA05 · Grup A
 Dimarts, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 10 sessions
 Professora: Sandra Rubio
Del 14 d'abril al 16 de juny
 CA06 · Grup B
 Dimarts, de 18 a 21 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 10 sessions
 Professora: Ana Rosenzweig
Del 17 d'abril al 19 de juny
 CA07 · Grup C
 Divendres, de 10 a 13 h
 Preu: 125 € + 20 € de material *
 9 sessions

Ceràmica**

Professora: Lola Gratacós
Del 20 d'abril al 22 de juny
 CA08 · Grup A
 Dilluns, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 10 sessions

Del 15 d'abril al 17 de juny
 CA09 · Grup C
 Dimecres, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 9 sessions + Masterclass el 27
 de maig a càrrec de **Xus Montoya**

Del 16 d'abril al 18 de juny
 CA10 · Grup E
 Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 10 sessions

Professora: Sandra Rubio
Del 20 d'abril al 22 de juny
 CA11 · Grup B
 Dilluns, de 18 a 21 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 10 sessions

Del 15 d'abril al 17 de juny
 CA12 · Grup D
 Dimecres, de 17 a 20 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 9 sessions + Masterclass el 10 de
 juny a càrrec de **Xus Montoya**

Del 16 d'abril al 18 de juny
 CA13 · Grup F
 Dijous, de 18 a 21 h
 Preu: 139 € + 20 € de material *
 10 sessions

Gravat. Vernís tou I

Professora: Neus Colet
Del 16 d'abril al 14 de maig
 CA14 · Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 105 € + 10 € material
 5 sessions

Gravat. Vernís tou II

Professora: Neus Colet
Del 21 de maig al 18 de juny
 CA15 · Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 105 € + 10 € material
 5 sessions

Tapís**

Professors: Paco Minuesa/
 Queralt Illa
Del 14 d'abril al 16 de juny
 CA16 · Dimarts, de 10 a 13 h
 CA17 · Dimarts, de 17.30 a
 20.30 h
 Preu: 139 € + 10 € material
 10 sessions
 Possibilitat d'inscriure's a una
 o dos sessions per setmana

Joieria tèxtil. Avançat**

Professora: Chiqui Martín
Del 20 d'abril al 8 de juny
 CA18 · Dilluns, de 10 a 13 h
 Preu: 130 € + 10 € material
 7 sessions

Joieria tèxtil. Iniciació

Professora: Chiqui Martín
Del 22 d'abril al 3 de juny
 CA19 · Dimecres, de 10 a 13 h
 Preu: 130 € + 10 € material
 7 sessions

Índigo i Shibori

Professora: Chiqui Martín
Del 28 d'abril al 9 de juny
 CA20 · Dimarts, de 10 a 13 h
 Preu: 150 € + 10 € material
 7 sessions

Dibuix i pintura

Llenguatge entre l'aigua i el paper**

Professora: Alejandra Atarés
Del 20 d'abril al 22 de juny
 CA21 · Dilluns, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € · 9 sessions +
 Masterclass el 22 de juny a
 càrrec d'Anna M^a Llagostera

Sumi-E pintura i estètica japonesa. Ventall japonès**

Professora: Anna Maria
 Llagostera
Del 15 d'abril al 27 de maig
 CA22 · Dimecres, de 10 a 12.30 h
 Preu: 103 € + 18 € material
 7 sessions

Activitats familiars (a partir de 4 anys)

ART en família. Taller de ceràmica: vaixelles d'estiu

A càrrec de Laboratori Tàctil
 (Inga Freitas)
 CA23 · Dissabte 16 de maig,
 de 10 a 13 h
 Preu: 12 € en concepte de
 material.
Preu per inscrit, infant o adult

ART en família. Llums de porcellana amb pasta de paper!

A càrrec de Laboratori Tàctil
 (Inga Freitas)
 CA24 · Dissabte 6 de juny,
 de 10 a 13 h
 Preu: 10 € en concepte de
 material.
Preu per inscrit, infant o adult

Monogràfics

Taller de Rakú

Professor: Sergi Pahissa
8 de maig (sessió informativa) i
13 de juny
 CA31 · Divendres de 18.30 a
 20.30 h i dissabte de 10 a 18 h
 Preu: 80 € + 5 € 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)*

Sumi-E. Diàlegs de tinta i aigua

A càrrec d'Anna M^a Llagostera
 Dilluns 22 de juny, de 10 a 13 h

Terra sigilata

A càrrec de Xus Montoya
 Dimecres 27 de maig,
 de 10 a 13 h
 Dimecres 10 de juny,
 de 17 a 20 h

* Inclou material i servei de forn

** Matricula preferent per als antics alumnes

* Inclou material i servei de forn

** Matricula preferent per als antics alumnes



Coneixements

Conversa en anglès. Intermedi*

Professor: Peter Steinhagen
Del 15 d'abril al 17 de juny
MC01 · Grup A
Dimecres, de 18 a 19 h
MC02 · Grup B
Dimecres, de 19 a 20 h
Preu: 70 € · 10 sessions

Book Club. Club de lectura en anglès. Nivell 1

Professor: Martin Bragado
Del 16 d'abril al 18 de juny
MC03 · Dijous, de 19 a 20 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Expressió

Taller de dibuix i pintura*

Professora: Isabel Pons
Del 14 d'abril al 16 de juny
ME01 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Del 15 d'abril al 17 de juny
ME02 · Grup B
Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 120 € · 10 sessions

Lindy hop*

Professors: Gulnara Sadykova i
Sergiy Shmat
Del 20 d'abril al 15 de juny
ME03 · Intermedi
Dilluns, de 19 a 20 h
ME04 · Iniciació
Dilluns, de 20 a 21 h
Preu: 59 € · 9 sessions

Balls de saló*

Professors: Carme Oliver i
Eugenio Martínez
Del 22 d'abril al 10 de juny
ME05 · Iniciació
Dimecres, de 19.30 a 20.30 h
ME06 · Avançat
Dimecres, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 64 € · 8 sessions

Zumba*

Professors: Carla Bustamante i
Aleix Cívico
Del 14 d'abril al 16 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 15 d'abril al 17 de juny
ME10 · Grup D
Dimecres, de 20 a 21 h
ME11 · Grup E
Dimecres, de 21 a 22 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Zumba't*

Professora: Ana E. Rodríguez
Del 15 d'abril al 17 de juny
ME12 · Dimecres, de 19 a 20 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Ballet per a adults*

Professora: Montse Pallàs
Del 14 d'abril al 16 de juny
ME13 · Intermedi A
Dimarts, de 18 a 19 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Del 16 d'abril al 18 de juny
ME14 · Intermedi B
Dijous, de 17.45 a 19 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Del 17 d'abril al 19 de juny
ME15 · Intermedi C
Divendres, de 18 a 19.45 h
Preu: 95 € · 9 sessions

Sevillanes*

Professora: Alba Cayuela
Del 20 d'abril al 15 de juny
ME16 · Continuació A
Dilluns, de 21 a 22 h
Preu: 54 € · 9 sessions
Del 14 d'abril al 16 de juny
ME17 · Continuació B
Dimarts, de 10 a 11 h
ME18 · Iniciació
Dimarts, de 11 a 12 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Latin dance

Professora: Sara Orriols
Del 20 d'abril al 15 de juny
ME19 · Dilluns, de 18 a 19 h
Preu: 54 € · 9 sessions

Country*

Professora: Àngels Lalinde
Del 16 d'abril al 18 de juny
ME20 · Grup A
Dijous, de 16.45 a 17.45 h
Preu: 50 € · 10 sessions
Del 17 d'abril al 19 de juny
ME21 · Grup B
Divendres, de 19 a 20 h
ME22 · Grup C
Divendres, de 18 a 19 h
Preu: 45 € · 9 sessions

Formació musical

Classes individuals de guitarra* (30 minuts)

Professor: Paco López
Del 14 d'abril al 19 de juny
MU01 · Horari a convenir,
tardes de 19 a 22 h o
dimecres matí
Preu:
Dilluns i divendres
146 € · 9 sessions
Dimarts, dimecres i dijous
163 € · 10 sessions

Taller de guitarra* (1 hora amb 3 alumnes)

Professor: Paco López
Del 14 d'abril al 19 de juny
MU02 · Horari a convenir,
tardes de 19 a 22 h
o dimecres matí
Preu:
Dilluns i divendres
97 € · 9 sessions
Dimarts, dimecres i dijous
108 € · 10 sessions

Classes individuals de piano* (30 minuts)

Professora: Carme Mas
Del 14 d'abril al 19 de juny
MU03 · Horari a convenir
Preu:
Dilluns i divendres
146 € · 9 sessions
Dimarts, dimecres i dijous
163 € · 10 sessions

Classes individuals de tècniques de cant*

Professora: Alba Cayuela
Del 14 d'abril al 16 de juny
MU04 · Horari a convenir, entre
dilluns tarda i dimarts matí
Preu dilluns:
30 min 146 € · 9 sessions
45 min 219 € · 9 sessions
Preu dimarts:
30 min 163 € · 10 sessions
45 min 244 € · 10 sessions

Recursos

Restauració de mobles*

Professora: Paquita Izquierdo
Del 20 d'abril al 15 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: 90 € + 10 € material
9 sessions

Del 14 d'abril al 16 de juny

MR04 · Grup D
Dimarts, de 10 a 12 h
MR05 · Grup E
Dimarts, de 12 a 14 h
Preu: 100 € + 10 € material
10 sessions

Del 16 d'abril al 18 de juny

MR06 · Grup F
Dijous, de 10 a 13 h
Preu: 150 € + 10 € material
10 sessions

Tapisseria*

Professora: Paquita Izquierdo
Del 20 d'abril al 15 de juny
MR07 · Dilluns, de 9 a 12 h
Preu: 135 € + 10 € material
9 sessions

Taller de mosaics

Professor: Rodrigo Avalu
Del 16 d'abril al 18 de juny
MR08 · Dijous, de 18.30 a
20.30 h
Preu: 120 € + 50 € material
10 sessions

Cosir a màquina. Continuació*

Professora: Marina Díaz
Del 20 d'abril al 15 de juny
MR09 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 108 € · 9 sessions

Costura i Patronatge*

Professora: Marina Díaz
Del 15 d'abril al 17 de juny
MR10 · Grup A
Dimecres, de 10 a 12 h
MR11 · Grup B
Dimecres, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 120 € · 10 sessions

Curs de fotografia pràctica*

Professor: Sergi Oriola
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MR12 · Dimecres, de 19.30 a 20.45 h
 Preu: 75 € · 10 sessions

Fotografia de viatges

Professor: Sergi Oriola
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MR13 · Dimecres, de 20.45 a 22 h
 Preu: 75 € · 10 sessions

Fes la teva pàgina web amb wordpress

Professora: Marina Díaz
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MR14 · Dilluns, de 18 a 19 h
 Preu: 54 € · 9 sessions

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

Professora: Gemma Araujo
Del 30 d'abril al 11 de juny
 MR15 · Dijous, de 20 a 22 h
 Preu: 119 € + 20 € material
 7 sessions

Monogràfics**Taller de cosmètica natural: prepara't per l'estiu!**

Professora: Annick Vanhollenbeke
 MM01 · Dimecres 13 de maig, de 17.30 a 19.30 h
 Preu: 10 € + 8 material

Corona de flors preservades pel cabell

Professora: Irene Martín
 MM02 · Dimecres 6 de maig, de 18 a 20.30 h
 Preu: 13 € + 30 material

Mini-jardí en copa de vidre

Professora: Irene Martín
 MM03 · Dimecres 27 de maig, de 18 a 20.30 h
 Preu: 13 € + 30 material

Benestar i creixement personal**Ioga***

Professora: Catherine Rossier
Del 14 d'abril al 16 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 16 d'abril al 18 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: 63 € · 10 sessions

Pilates correcció postural*

Professora: Verònica Llorens
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MP07 · Grup A
 Dilluns, de 10 a 11 h
 MP08 · Grup B
 Dilluns, d'11 a 12 h
 Preu: 54 € · 9 sessions
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MP09 · Grup C
 Dimecres, de 10 a 11 h
 MP10 · Grup D
 Dimecres, d'11 a 12 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Pilates*

Professora: Patricia Bedós
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MP11 · Grup A
 Dilluns, de 19 a 20 h
 MP12 · Grup B
 Dilluns, de 20 a 21 h
 Preu: 54 € · 9 sessions

Del 16 d'abril al 18 de juny
 MP13 · Grup C
 Dijous, de 19.30 a 20.30 h
 MP14 · Grup E
 Dijous, de 20.30 a 21.30 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Pilates fitball*

Professora: Patricia Bedós
Del 16 d'abril al 18 de juny
 MP15 · Dijous, de 18.30 a 19.30 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Tai Txi i Txi Kung

Professor: Carlos Mora
Del 14 d'abril al 16 de juny
 MP16 · Dimarts de 18 a 19 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Escola d'esquena

Professor: Alexandre Gràcia
Del 16 d'abril al 18 de juny
 MP17 · Dijous, de 12.15 a 13.15 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva*

Professor: Alexandre Gràcia
Del 14 d'abril al 16 de juny
 MP18 · Grup A
 Dimarts, d'11.15 a 12.15 h
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MP19 · Grup B
 Dimecres, de 19 a 20 h
 MP20 · Grup C
 Dimecres, de 20 a 21 h

MP21 · Grup D
 Dimecres, de 21 a 22 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
 MP22 · Grup E
 Dijous, d'11.15 a 12.15 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Meditació*

Professora: Virginia Tarín
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MP23 · Dilluns, de 20.15 a 21.30 h
 Preu: 68 € · 9 sessions

Autodefensa per a dones*

Professora: Amanda Nevado
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MP24 · Dilluns, de 19 a 20.15 h
 Preu: 68 € · 9 sessions

Infància i joventut**Autodefensa per a noies. (A partir de 12 anys)**

Professora: Amanda Nevado
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MI01 · Dimecres, de 17.30 a 18.45 h
 Preu: 75 € · 10 sessions

Read and talk: comics. (A partir de 12 anys)

Professor: Martin Bragado
Del 16 d'abril al 18 de juny
 MI02 · Dijous, de 18 a 19 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Guitarra* (1 hora amb 3 alumnes)

Professor: Paco López
Del 14 d'abril al 19 de juny
 MI03 · De 8 a 14 anys
 De dilluns a divendres de 17 a 18 h o de 18 a 19 h
 Preu:
 Dilluns i divendres
 97 € · 9 sessions
 Dimarts, dimecres i dijous
 108 € · 10 sessions

Piano* (1 hora amb 3 alumnes)

Professora: Carme Mas
Del 14 d'abril al 19 de juny
 MI04 · De 6 a 14 anys
 Horaris a convenir
 Preu:
 Dilluns i divendres
 97 € · 9 sessions
 Dimarts, dimecres i dijous
 108 € · 10 sessions

Ballet clàssic*

Professora: Montse Pallàs
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MI05 · Nascuts 2009 i 2010
 Dilluns, de 18 a 19 h
 Preu: 54 € · 9 sessions
Del 14 d'abril al 16 de juny
 MI06 · Nascuts 2011
 Dimarts, de 17 a 18 h
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MI07 · Nascuts 2013 i 2014
 Dimecres, de 17 a 18 h
 MI08 · Nascuts 2007 i 2008
 Dimecres, de 18 a 19 h
 Preu: 60 € · 10 sessions

Ball coreogràfic*

Professora: Sara Orriols
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MI09 · Iniciació
 Dilluns, de 17 a 18 h
 Preu: 54 € · 9 sessions

Plàstica*

Professora: Carolina Muscatello
Del 15 d'abril al 17 de juny
 MI10 · De 6 a 12 anys
 Dimecres, de 17 a 18 h
 Preu: 50 € + 5 € material
 10 sessions

Familiar**Ioga per embarassades. Abril i maig**

Professora: Anna Santos
Del 16 d'abril al 14 de maig
 MF01 · Dijous, de 10 a 11.30 h
 Preu: 53 € · 5 sessions

Ioga per embarassades. Maig i juny

Professora: Anna Santos
Del 21 de maig al 18 de juny
 MF02 · Dijous, de 10 a 11.30 h
 Preu: 53 € · 5 sessions

Ioga amb nadons. Abril i maig

Professora: Anna Santos
Del 16 d'abril al 14 de maig
 MF03 · Dijous, d'11.30 a 13 h
 Preu: 53 € · 5 sessions

Ioga amb nadons. Maig i juny

Professora: Anna Santos
Del 21 de maig al 18 de juny
 MF04 · Dijous, d'11.30 a 13 h
 Preu: 53 € · 5 sessions

Ioga amb nadons. Grup de tarda

Professora: Anna Santos
Del 20 d'abril al 15 de juny
 MF05 · Dilluns, de 16.30 a 18 h
 Preu: 95 € · 9 sessions

Grup de criança. Abril i maig

Professora: Anna Santos
Del 16 d'abril al 14 de maig
 MF06 · Dijous, de 13 a 14 h
 Preu: 35 € · 5 sessions

Grup de criança. Maig i juny

Professora: Anna Santos
Del 21 de maig al 18 de juny
MF07 · Dijous, de 13 a 14 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Massatge per a nadons

A càrrec de Centre Núria
Caballé (Fisioteràpia)
De l'11 de maig al 15 de juny
MF08 · Dilluns, de 12.15 a
13.15 h
Preu: 42 € · 6 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva amb nadons*

Professor: Alexandre Gràcia
Del 14 d'abril al 16 de juny
MF09 · Dimarts, de 12.15 a
13.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Música per a nadons (de 2 a 12 mesos)*

Professora: Laura Viladrich
Del 15 d'abril al 17 de juny
MF10 · Grup A
Dimecres, de 11 a 12 h
MF11 · Grup B
Dimecres, de 12 a 13 h
Preu: 60 € · 10 sessions

*Matricula preferent per 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
17 d'abril, 8 i 22 de maig i 5 i 19 de juny

Tèxtil
3 i 24 d'abril, 15 i 29 de maig i 12 de juny

Consulta també el calendari del Reparar de l'Ambiteca a oficinasostenible.santcugat.cat

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)

16 d'abril a les 18 h: Gestió dels conflictes infantils a l'etapa de les rebequeries.
A càrrec d'Elisenda Pascual.
19 de maig a les 17 h: Psicomotricitat en família. A càrrec d'Alicia Apolo.

Més informació:

93 589 20 18

casalmirasol@santcugat.cat
centresculturals.santcugat.cat



casino
laforesta:

Expressió

Bollywood

Professora: Diana Aguirre
Del 15 d'abril al 17 de juny
LE1 · Dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Capoeira

A càrrec de Gingado Capoeira
Del 15 d'abril al 17 de juny
LE2 · Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Dones en moviment. Expressió corporal

Professora: Amparo Echenique
Del 16 d'abril al 18 de juny
LE3 · Dijous, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Dansa africana

Professora: Núria Muñoz (Associació Karamalà)
Del 22 d'abril al 17 de juny
LE4 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 95 € amb música en directe · 9 sessions

Dansa afrocaribenya

Professora: Carolina Garcia
Del 14 d'abril al 16 de juny
LE5 · Dimarts, de 18 a 19.30 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Teatre

Professora: Teresa Petit
Del 14 d'abril al 16 de juny
LE6 · Dimarts, de 19 a 21 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Formació musical

Bateria*

Professor: David Sitges
Del 20 d'abril al 15 de juny
LM1 · Dilluns. Horari a convenir

Guitarra acústica i elèctrica**

Professor: Frank Montasell
Del 14 d'abril al 16 de juny
LM2 · Dimarts. Horari a convenir

Piano**

Professora: Clàudia Bardagi
Del 14 d'abril al 16 de juny
LM3 · Grup A
Dimarts. Horari a convenir
Del 16 d'abril al 18 de juny
LM4 · Grup B
Dijous. Horari a convenir

Baix**

Professor: Modest Pelfort
Del 15 d'abril al 17 de juny
LM5 · Dimecres. Horari a convenir

Contrabaix**

Professor: Modest Pelfort
Del 15 d'abril al 17 de juny
LM6 · Dimecres. Horari a convenir

Guitarra espanyola**

Professor: Modest Pelfort
Del 15 d'abril al 17 de juny
LM7 · Dimecres. Horari a convenir

Saxo**

Professor: Modest Pelfort
Del 15 d'abril al 17 de juny
LM8 · Dimecres. Horari a convenir

Trompeta**

Professor: Modest Pelfort
Del 15 d'abril al 17 de juny
LM9 · Dimecres. Horari a convenir

Violí*

Professor: Nacho López
Del 17 d'abril al 19 de juny
LM10 · Divendres. Horari a convenir

* *Classes individuals per a infants i adults*
Preu en funció de l'horari a escollir · 9 sessions:
30 min./set.: 112,50 €
45 min./set.: 169 €
1 h/set.: 225 €

** *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 €

Recursos**Diari de lectura. Arquitectura del llibre**

Professora: Jesica Casanova
Del 20 al 27 d'abril
LR1 · Dilluns, de 18 a 20 h
Preu: 24 € + 10 € material
2 sessions

Benestar i creixement personal**Hatha ioga**

Professora: Anna Rafanell
Del 16 d'abril al 18 de juny
LB1 · Grup A
Dijous, de 18.30 a 20 h
Del 14 d'abril al 16 de juny
LB2 · Grup B
Dimarts, de 19.45 a 21.15 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Meditació

Professora: Laura Jardí
Del 16 d'abril al 18 de juny
LB3 · Dijous, de 18.30 a 19.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Pilates

Professora: Laura Jardí
Del 20 d'abril al 15 de juny
LB4 · Grup A
Dilluns, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 45 € · 9 sessions
Del 14 d'abril al 16 de juny
LB5 · Grup B
Dimarts, de 19.30 a 20.30 h
Del 16 d'abril al 18 de juny
LB6 · Grup C
Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Pilates suau

Professora: Laura Jardí
Del 17 d'abril al 19 de juny
LB7 · Divendres, de 10 a 11 h
Preu: 45 € · 9 sessions
Activitat realitzada al Centre Social i Sanitari de La Floresta

Infància i joventut**Bollywood (de 6 a 14 anys)**

Professora: Diana Aguirre
Del 15 d'abril al 17 de juny
LI1 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Capoeira (de 3 a 10 anys)

A càrrec de Gingado Capoeira
Del 14 d'abril al 16 de juny
LI2 · Dimarts, de 16.30 a 17.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Dances del món (de 8 a 14 anys)

Professora: Carolina Garcia
Del 16 d'abril al 18 de juny
LI3 · Dijous, de 16.45 a 17.45 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Activitats per a famílies**Grup de criança. Abril i maig**

Professora: Anna Santos
Del 14 d'abril al 12 de maig
LF1 · Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Grup de criança. Maig i juny

Professora: Anna Santos
Del 19 de maig al 16 de juny
LF2 · Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Ioga amb nadons. Abril i maig

Professora: Anna Santos
Del 14 d'abril al 12 de maig
LF3 · Dimarts, de 16 a 17.30 h
Preu: 53 € · 5 sessions

Ioga amb nadons. Maig i juny

Professora: Anna Santos
Del 19 de maig al 16 de juny
LF4 · Dimarts, de 16 a 17.30 h
Preu: 53 € · 5 sessions

Pell amb pell sonor

(per mares amb infants fins a 12 mesos)
Professora: Nicoletta Valente
Del 16 d'abril al 18 de juny
LF5 · Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 60 € · 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. Cal inscripció prèvia.

Més informació:
93 583 81 43
casinolafloresta@santcugat.cat
centresculturals.santcugat.cat

Espai Jove**Espai per a joves de 12 a 18 anys**

De dilluns a divendres, de 16 a 20 h. Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia.

Centre Sociosanitari de la Floresta
Carrer Pearson, 30
Més informació:
ejovelafloresta@santcugat.cat
☎ 681 27 14 95
📱 @espaijoveLF



Coneixement

Anglès*

Professor: Peter Steinhagen
Del 16 d'abril al 18 de juny
PC1 · Dijous, de 18 a 19.30 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Expressió

Country*

Professora: Àngels Lalinde
Del 20 d'abril al 15 de juny
PE1 · Iniciació
Dilluns, de 17.45 a 18.45 h
PE2 · Grup A
Dilluns, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 27 € · 9 sessions

Balls de saló*

Professor: Josep Vilaplana
Del 14 d'abril al 16 de juny
PE3 · Grup A
Dimarts, de 20.15 a 21.15 h
Del 15 d'abril al 17 de juny
PE4 · Grup B
Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 30 € · 10 sessions

Formació Musical

Classes grupals de guitarra

Cal que l'alumne porti la seva guitarra.
Professor: Miquel Castanyer
Del 17 d'abril al 19 de juny
MF1 · Infantil
Divendres, de 18 a 19 h
MF2 · Adult
Divendres, de 19 a 20 h
Preu: 110 € · 10 sessions

Recursos

Fotografia artística.
Iniciació. L'ull sensible:
visió, composició i emoció
Professor: Pedro Rota
Del 15 d'abril al 3 de juny
PR1 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 36 € · 8 sessions

Teatre social

Professora: Julia Stollenwerk
Del 15 d'abril al 17 de juny
PR2 · Dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 30 € · 10 sessions

Iniciació al massatge

Professor: Andreas Grönros
Del 15 d'abril al 17 de juny
PR3 · Dimecres, de 19 a 20.30 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Ensinistrament caní

Professora: Marta Martorell
Del 14 d'abril al 16 de juny
PR3 · Dimarts, de 18 a 19 h
Preu: gratuït + 5 € material
10 sessions

Informàtica i noves tecnologies

Iniciació a la informàtica. Navegar per la web, eina de tots els dies

Professor: Àxel Benavidez
Del 20 d'abril al 15 de juny
PP1 · Dilluns, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 9 sessions

Treu-li tot el profit a la teva tablet*

Professor: Àxel Benavidez
Del 14 d'abril al 16 de juny
PP2 · Dimarts, de 18 a 19 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Robòtica 2.0*

Professor: Àxel Benavidez
Del 16 d'abril al 18 de juny
PP3 · Grup A
Dijous, de 17 a 18 h
PP4 · Grup B
Dijous, de 18 a 19 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Benestar i creixement personal

Meditació*

Professora: Laura Jardí
Del 20 d'abril al 15 de juny
PB1 · Dilluns, de 18 a 19 h
Preu: 27 € · 9 sessions

Aikido*. L'art de la pau

Professor: Fidel Fernández
Del 20 d'abril al 15 de juny
PB2 · Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 27 € · 9 sessions

Pilates*

Professora: Laura Jardí
Del 15 d'abril al 17 de juny
PB3 · Dimecres, de 15.45 a 16.45 h
Preu: 30 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva*

Professora: Àlex Gràcia
Del 15 d'abril al 17 de juny
PB4 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: 30 € · 10 sessions

Hatha ioga*

Professora: Anna Rafanell
Del 16 d'abril al 18 de juny
PB5 · Dijous, de 16.15 a 17.30 h
Preu: 38 € · 10 sessions

Iogamas*. Combinació d'estils de ioga

Professora: Paloma Remolina
Del 16 d'abril al 18 de juny
PB6 · Grup A
Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 30 € · 10 sessions
Professora: Lorena Candia
Del 16 d'abril al 4 de juny
PB7 · Grup B
Dijous, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 24 € · 8 sessions

Tècniques de respiració i relaxació. Gestió de l'estrès

Professora: Erica Borzese
Del 16 d'abril al 18 de juny
PB8 · Dijous, de 16.15 a 17.30 h
Preu: 38 € · 10 sessions

Autodefensa per a dones

Professora: Amanda Nevado
Del 14 d'abril al 16 de juny
PB9 · Dimarts, de 20.15 a 21.30 h
Preu: 38 € · 10 sessions

Esport a Les Planes

Gimnàstica per a gent gran*

Professor: Albert Larriba
Del 14 d'abril al 18 de juny
PS1 · Dimarts i dijous, de 17.30 a 18.30 h
Preu: gratuït · 20 sessions

Entrenament funcional*

Professor: Albert Larriba
Del 14 d'abril al 18 de juny
PS2 · Per a majors de 18 anys
Dimarts, dimecres i dijous, de 19 a 20 h
Preu: gratuït · 30 sessions

Infància i joventut

Pilota un mini drone (de 12 a 16 anys)

A càrrec de l'Espai Jove i el Punt TIC de Les Planes
PI1 · Divendres 15 de maig, de 17 a 18.30 h
Preu: gratuït

Fem una animació amb fotogrames (a partir de 8 anys)

A càrrec de l'Espai Jove i el Punt TIC de Les Planes
PI2 · Divendres 5 de juny i divendres 12 de juny, de 17 a 19 h
Preu: gratuït · 2 sessions

Casal Infantil**Espai per a nens i nenes de 6 a 12 anys**

De dilluns a divendres de 17 a 19.30 h
Cal inscripció prèvia.

Més informació:

93.675.51.05

casallesplanes@santcugat.cat

casalinfantillesplanes@santcugat.cat

Espai Jove**Espai de trobada per a joves a partir dels 12 anys**

De dilluns a divendres de 16 a 20 h
Activitat Gratuïta. Cal inscripció prèvia.

Més informació:

📞 **682 505 750**

📧 **@espaijovelesplanes**

espaijovelesplanes@santcugat.cat

Espai ECO**Espais oberts**

Espai de trobada comunitari

Aula oberta de restauració de mobles

Espai de criança

Més informació:

93.675.51.05

espaiperegrau@santcugat.cat

Espai Pere Grau

Camí de Can Flo 19, Les Planes

Punt TIC Les Planes**Espais oberts**

Fes el teu currículum i cerca feina

Tots els dilluns de 10 a 13 h

Informàtica útil

Tots els dimecres de 17 a 18 h

Cursos online adults – Aula d'estudi

Tots els dilluns i dimecres de 18 a 19 h

Jocs per a joves

Tots els divendres de 18 a 20 h

Activitats gratuïtes.

Més informació:

93.675.51.05

puntticlesplanes@santcugat.cat

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

**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