

OCTUBRE — DESEMBRE 2023
INSCRIPCIONS A PARTIR DEL 6 DE SETEMBRE A LES 10 H

CURSOS I TALLERS



AJUNTAMENT DE
SantCugat

Cultura



CONEIXEMENT

Conversa en alemany

Professor: Enric Còdol
Del 2 d'octubre al 11 de desembre
CON01 · Dilluns, de 17 a 18.30 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Conversa en francès (nivell mitjà-alt)

Professora: Catherine Gascó
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CON02 · Grup A
Dimarts, de 18.30 a 20 h
CON03 · Grup B
Dimarts, de 20 a 21.30 h
Preu: 70 € · 10 sessions

Conversations in english

Professora: Linda Charlesworth
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CON04 · Elementary
Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 50 € · 10 sessions
CON05 · Intermediate
Dijous, de 18 a 19.30 h
CON06 · Advanced
Dijous, de 19.30 a 21 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Transformació social: cultura econòmica i presa de decisions financeres al S.XXI

Professora: Claudia La Mata Soriano
Del 3 al 17 d'octubre
CON07 · Dimarts, de 19 a 20.30 h
Preu: 34 € · 3 sessions

Teatre per gestionar les teves emocions

Professora: Maria Vancells
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CON08 · Dimarts, de 19.30 a 21 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Astrologia per a la vida

Professor: Xavi López
Del 9 d'octubre al 18 de desembre
CON09 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 100 € · 10 sessions

Esriptura creativa

Professor: Josep Amorós
Del 19 d'octubre al 16 de novembre
CON10 · Dijous, de 10.30 a 12 h
Preu: 34 € · 5 sessions

De l'anècdota a l'esdeveniment, política, història i societat

Professor: Adrián Caballero
Del 24 d'octubre al 28 de novembre
CON11 · Dimarts, de 19 a 20.30 h
Preu: 59 € · 6 sessions

Taller d'iniciació a la escriptura jeroglífica

Professora: Désirée Domínguez
CON12 · Dissabte 4 de novembre,
de 10.30 a 13 h
Preu: 18 €

Història d'Espanya: el Franquisme

Professor: Daniel Roig Sanz
Del 6 de novembre a l'11 de desembre
CON13 · Dilluns, de 19 a 20.30 h
Preu: 49 € · 5 sessions

Desmantant l'Edat Mitjana: dret de cuixa i altres tòpics

Professora: Mònica Vila
Del 8 al 29 de novembre
CON14 · Dimecres, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 26 € · 4 sessions

Intelligència Artificial. Què és i com beneficiar-nos d'ella

Professor: Carles Lázaro
Del 23 al 30 de novembre
CON15 · Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 13 € · 2 sessions

EXPRESSIÓ

Fotografia digital. Iniciació

Professor: Artur Ribera
Del 2 d'octubre al 20 de novembre
EXP01 · Dilluns, de 19 a 21 h
Preu: 81 € · 8 sessions + 1 sortida

Fotografia digital. Nivell 2: sortides fotogràfiques

Professor: Artur Ribera
Del 4 d'octubre al 29 de novembre
EXP02 · Dimecres, de 19 a 21 h
Preu: 81 € · 8 sessions + 1 sortida

Solo Jazz. Nivell obert

Professora: Javiera Borgoño
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
EXP03 · Dimecres, de 19 a 20 h
Preu: 65 € · 10 sessions

Lindy Hop. Intermedi 3

Professors: Javiera Borgoño i Xavi Sanz
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
EXP04 · Dimecres, de 20 a 21 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

RECURSOS

Ganxet

Professora: Elisenda Sitjà
Del 5 d'octubre al 9 de novembre
REC01 · Dijous, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 60 € · 5 sessions

Mitja

Professora: Elisenda Sitjà
Del 16 de novembre al 21 de desembre
REC02 · Dijous, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 60 € · 5 sessions

Composició floral de tardor. Ram de mà

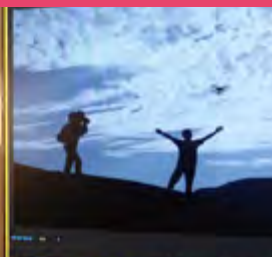
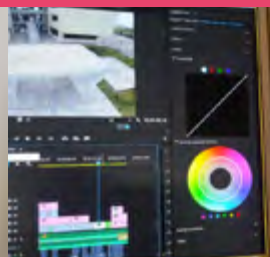
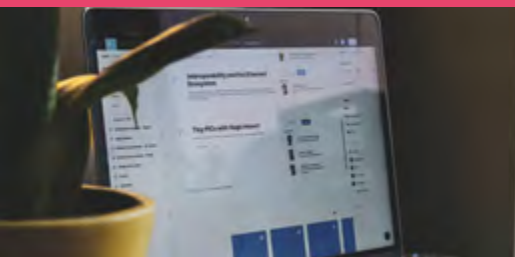
Professora: Ariadna Peral @madefloryou
REC03 · Dijous 26 d'octubre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 14 € + 15 € material

Art floral: corona de Nadal

Professora: Ariadna Peral @madefloryou
REC04 · Dissabte 2 de desembre, d'11 a 13 h
Preu: 14 € + 15 € material

Art floral: composició floral nadalenca. Ram de mà

Professora: Ariadna Peral @madefloryou
REC05 · Dijous 14 de desembre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 14 € + 15 € material



INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

Informàtica. Iniciació

Professora: Marisol Rovira

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

INF01 · Dilluns, de 9.30 a 11.30 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Processat d'imatges digitals

Professora: Marisol Rovira

Del 2 al 30 d'octubre

INF02 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 1

Professora: Marisol Rovira

Del 4 d'octubre al 8 de novembre

INF03 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 2

Professora: Marisol Rovira

Del 15 de novembre al 20 de desembre

INF04 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Excel. Nivell 3

Professora: Marisol Rovira

Del 6 de novembre a l'11 de desembre

INF05 · Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 45 € · 5 sessions

Aprèn a gestionar el teu instagram

Professora: Maria Vancells

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

INF06 · Dijous, de 19 a 20.30 h

Preu: 75 € · 10 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Intelligència emocional

Professora: Liliana Patricia Aguayo

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

CRE01 · Dilluns, de 19 a 21 h

Preu: 100 € · 10 sessions

Eneagrama. Nivell 1

Professora: Liliana Patricia Aguayo

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

CRE02 · Dimecres, de 10.30 a 12.30 h

Preu: 100 € · 10 sessions

Pilates

Professora: Itziar Fenollar

Del 2 d'octubre al 18 de desembre

CRE03 · Grup A

Dilluns, de 9.15 a 10.15 h

Preu: 72 € · 11 sessions

Del 3 d'octubre al 19 de desembre

CRE04 · Grup B

Dimarts, de 9 a 10 h

Preu: 72 € · 11 sessions

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

CRE05 · Grup C

Dimecres, de 9.15 a 10.15 h

Preu: 65 € · 10 sessions

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

CRE06 · Grup D

Dijous, de 9 a 10 h

Preu: 65 € · 10 sessions

Del 3 d'octubre al 19 de desembre

CRE07 · Grup E

Dimarts, de 18.30 a 19.30 h

CRE08 · Grup F

Dimarts, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 72 € · 11 sessions

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

CRE09 · Grup G

Dimecres, de 18.30 a 19.30 h

CRE10 · Grup H

Dimecres, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 65 € · 10 sessions

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

CRE11 · Grup I

Dijous, de 18.30 a 19.30 h

Preu: 65 € · 10 sessions

Feldenkrais

Professora: Itziar Fenollar

Del 2 d'octubre al 18 de desembre

CRE12 · Grup A

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h

CRE13 · Grup B

Dilluns, de 18.30 a 19.30 h

Preu: 80 € · 11 sessions

Del 3 d'octubre al 19 de desembre

CRE14 · Grup C

Dimarts, de 10 a 11 h

Preu: 80 € · 11 sessions

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

CRE15 · Grup D

Dijous, de 10 a 11 h

CRE16 · Grup E

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

CRE17 · Dissabte 21 d'octubre,

de 10 a 12.30 h

Reduint la tensió en el moviment

CRE18 · Dissabte 18 de novembre,

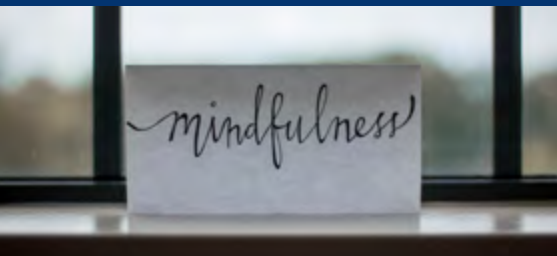
de 10 a 12.30 h

Actualitza la teva postura

CRE19 · Dissabte 16 de desembre,

de 10 a 12.30 h

Preu: 18 €/sessió



CONEIXEMENT

Conversations in english

Professora: Linda Charlesworth
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
CON01 · Advanced
Dilluns, de 18 a 19.30 h
CON02 · Intermediate
Dilluns, de 19.30 a 21 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Conversations in english ONLINE

Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CON03 · Advanced
Dimarts, de 19.30 a 21 h
Preu: 77 € · 10 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Mindfulness i gestió emocional

Professora: Anna Coderch
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
CRE01 · Dilluns, de 9.30 a 11 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Comunicació conscient

Professora: Anna Coderch
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CRE02 · Dimarts, de 18.30 a 20 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Tai Txi

Professora: Marta Fernández
Del 2 d'octubre al 18 de desembre
CRE03 · Dilluns, de 19 a 20 h
Preu: 72 € · 11 sessions

L'art de meditar

Professora: Núria Rodríguez
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
CRE04 · Dimecres, de 19.45 a 20.45 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Ioga

Professora: Núria Rodríguez
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
CRE05 · Dimecres, de 20.45 a 22 h
Preu: 63 € · 10 sessions

Respira la vida

Professora: Núria Rodríguez
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CRE06 · Dijous, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Connectant la veu

Professora: Núria Rodríguez
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CRE07 · Dijous, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Iniciació

Professora: Maialen Nabarro
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
CRE08 · Dilluns, de 16.30 a 17.15 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Manteniment

Professora: Maialen Nabarro
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CRE09 · Dimarts, de 17 a 17.45 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Fit pilates

Professora: Maialen Nabarro
Del 2 d'octubre al 12 de desembre
CRE10 · Grup A
Dilluns, de 15 a 16 h
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CRE11 · Grup B
Dimarts, de 18 a 19 h
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CRE12 · Grup C
Dijous, de 19.15 a 20.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Cuidem l'esquena

Professora: Maialen Nabarro
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CRE13 · Grup A
Dimarts, de 12.15 a 13.15 h
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CRE14 · Grup B
Dijous, de 12.15 a 13.15 h
Preu: 50 € · 10 sessions

EXPRESSIÓ

Shag. Iniciació

Professors: Sara Planas i Pol Prats
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
EXP01 · Dilluns, de 18.30 a 19.30 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Lindy hop. Nivell 4

Professors: Sara Planas i Pol Prats
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
EXP02 · Dilluns, de 19.30 a 20.30 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Shag. Intermedi

Professors: Sara Planas i Pol Prats
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
EXP03 · Dilluns, de 20.30 a 21.30 h
Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Teatre! Sortim de la zona de confort

Professor: Francesc Abril
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
EXP04 · Dilluns, de 20.15 a 21.45 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Salsa cubana

Professors: Silvio Leroy Pérez Azcuy i Galia Perdomo
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
EXP05 · Iniciació
Dimecres, de 18.15 a 19.15 h
EXP06 · Intermedi
Dimecres, de 19.15 a 20.15 h
EXP07 · Avançat
Dimecres, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 65 € · 10 sessions



EXPRESSIÓ

Lindy Hop (ball swing)

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

Professors: Roser Ros i Martí Gasol

EXP01 · Intermedi 4 grup A

Dilluns, de 18 a 19 h

EXP02 · Intermedi avançat

Dilluns, de 19 a 20 h

EXP03 · Iniciació A

Dilluns, de 20 a 21 h

EXP04 · Avançat

Dilluns, de 21 a 22 h

Professors: Carla Ponce i Daniel Morillo

EXP05 · Intermedi 4 grup B

Dilluns, de 19 a 20 h

EXP06 · Intermedi 1 grup A

Dilluns, de 20 a 21 h

EXP07 · Iniciació B (grup bi-rol)

Dilluns, de 21 a 22 h

Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Del 6 d'octubre al 22 de desembre

Professors: Colet Castaño i Melvin Silvero

EXP08 · Nivell 4

Divendres, de 18 a 19 h

EXP09 · Intermedi 1 grup B

Divendres, de 19 a 20 h

EXP10 · Nivell 2

Divendres, de 20 a 21 h

EXP11 · Iniciació grup C

Divendres, de 21 a 22 h

Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Balboa

Professors: Laura Zorrilla i Marc Andreu

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

EXP12 · Intermedi

Dimarts, de 19 a 20 h

EXP13 · Intermedi avançat

Dimarts, de 20 a 21 h

EXP14 · Iniciació

Dimarts, de 21 a 22 h

Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Blues. Iniciació

Professors: Sandra Fuentes i Marc Heymann

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

EXP15 · Dimecres, de 20 a 21 h

Preu: 68 € per persona · 10 sessions

Finals i breaks pel Lindy hop

Professors: Roser Ros i Marcos León

EXP16 · Dissabte 14 d'octubre,

de 10.30 a 12 h

Preu: 18 €

Posa jazz al teu Lindy

Professors: Roser Ros i Marcos León

EXP17 · Dissabte 14 d'octubre,

de 12.15 a 13.45 h

Preu: 18 €

A day at the Races: aprèn moviments inspirats en aquesta mítica escena

Professors: Roser Ros i Marcos León

EXP18 · Dissabte 14 d'octubre,

de 16.30 a 18.30 h

Preu: 23 €

Follower, aprèn a liderar 2

Professora: Roser Ros

EXP19 · Dissabte 2 de desembre,

de 10.30 a 12 h

Preu: 12 €

Followers intermedi-avançat

Professora: Roser Ros

EXP20 · Dissabte 2 de desembre,

de 12.15 a 13.45 h

Preu: 12 €

Shim sham

Professora: Roser Ros

EXP21 · Dissabte 2 de desembre,

de 16.30 a 18.30 h

Preu: 15 €

Followers principiant-intermedi

Professora: Roser Ros

EXP22 · Dissabte 2 de desembre,

de 18.45 a 20.15 h

Preu: 12 €

Dansa africana

Professora: Sandra Valent

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

EXP23 · Dijous, de 20 a 21.30 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Dansa contemporània

Professora: Alba Sanmartí

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

EXP24 · Dimecres, de 19 a 20.30 h

Preu: 75 € · 10 sessions

Zumba

Professora: Carla Bustamante

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

EXP25 · Grup A

Dijous, de 20 a 21 h

EXP26 · Grup B

Dijous, de 21 a 22 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Country. Nivell o

Professora: Àngels Lalinde

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

EXP27 · Dimarts, de 19 a 20 h

Preu: 55 € · 10 sessions

Country. Iniciació 1

Professora: Àngels Lalinde

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

EXP28 · Dimarts, de 20 a 21 h

Preu: 55 € · 10 sessions

Country. Nivell mig

Professora: Àngels Lalinde

Del 5 d'octubre al 21 de desembre

EXP29 · Dijous, de 19 a 20 h

Preu: 55 € · 10 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Meditació

Professora: Anna Coderch

Del 6 d'octubre al 22 de desembre

CRE01 · Divendres, de 9.30 a 10.30 h

Preu: 50 € · 10 sessions



Kundalini loga

Professora: Rachel Belaustegi
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
CRE02 · Dimecres, de 20.30 a 22 h
Preu: 68 € · 10 sessions

Hatha loga

Professores: Iona Conesa (grups A, C i E) i Rachel Belaustegi (grups B i D)
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CRE03 · Grup A
Dimarts, de 9 a 10.15 h
CRE04 · Grup B
Dimarts, de 17.30 a 18.45 h
Preu: 63 € · 10 sessions
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CRE05 · Grup C
Dijous, de 9 a 10.15 h
CRE06 · Grup D
Dijous, de 17 a 18.15 h
Preu: 63 € · 10 sessions
Del 6 d'octubre al 22 de desembre
CRE07 · Grup E
Divendres, de 14.30 a 15.30 h
Preu: 50 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva. Manteniment

Professora: Maialen Nabarro
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
CRE08 · Dimecres, de 17 a 17.45 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Hipopressius + pilates. Grup A

Professora: Maialen Nabarro
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
CRE09 · Dimecres, de 15 a 16 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Hipopressius + pilates. Grup B

Professora: Maialen Nabarro
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
CRE10 · Dimecres, de 18 a 19 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Gimnàstica postpart amb nadons. Grup A

Professora: Maialen Nabarro
Del 2 al 30 d'octubre
CRE11 · Dilluns, d'11 a 12 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Gimnàstica postpart amb nadons. Grup B

Professora: Maialen Nabarro
Del 5 d'octubre al 9 de novembre
CRE12 · Dijous, de 10.45 a 11.45 h
Preu: 35 € · 5 sessions

Activitat física suau

Professora: Berta Gómez
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
CRE13 · Grup A
Dimarts, de 10.30 a 11.30 h
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
CRE14 · Grup B
Dijous, de 10.30 a 11.30 h
Preu: 45 € · 10 sessions

Marxa nòrdica

Professor: Sergi Solivella
Del 2 d'octubre al 11 de desembre
CRE15 · Dilluns, de 18.45 a 20.45 h
Preu: 110 € · 10 sessions

HORT A CASA

A la tardor prepara el teu hort!

Professora: Anna Valderrama
HORT01 · Dijous 5 d'octubre, de 17.30 a 19 h
Preu: 6 €

Planificació de l'hort i cultiu d'hortalisses de tardor

Professora: Anna Valderrama
HORT02 · Divendres 6 d'octubre,
de 17.30 a 19 h
Preu: 6 €

Cultiu d'hortalisses de tardor

Professora: Anna Valderrama
HORT03 · Dijous 19 d'octubre,
de 17.30 a 19 h
Preu: 6 €

Vine a l'hort amb la família

Professora: Anna Valderrama
HORT04 · Grup A
Dissabte 28 d'octubre, de 10 a 12 h
HORT05 · Grup B
Dissabte 18 de novembre, de 10 a 12 h
HORT06 · Grup C
Dissabte 16 de desembre, de 10 a 12 h
Preu: 10 € (preu per família)

RECURSOS

Patronatge i confecció. Iniciació

Professor: Ton Golerons
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
REC01 · Dijous, de 16 a 18 h
Preu: 80 € · 10 sessions

Patronatge i confecció

Professor: Ton Golerons
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
REC02 · Dijous, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 80 € · 10 sessions

Taller de costura

Professora: Mireia Sacristán
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
REC03 · Matí
Dimecres, de 10 a 12 h
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
REC04 · Tarda
Dimarts, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

Aprenem a cosir a màquina

Professora: Mireia Sacristán
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
REC05 · Dimecres, de 18.30 a 20.30 h
Preu: 90 € · 10 sessions

INFÀNCIA

Música en família

Professora: Anna Roig Dolz, de Creixendo
Dissabte 7 d'octubre, 4 de novembre,
2 i 16 de desembre
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



CUINA CREATIVA

Cuina fàcil

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
 CUI01 · Divendres 6 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

Cuina per a convidats

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
 CUI02 · Divendres 27 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

Food experience: cuina de tardor, creativa i gurmè

Professora: Sue Chávez @sueenjoycooking
 CUI03 · Dissabte 28 d'octubre, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 20 € + 20 € material

Food experience: streetfood del món

Professora: Sue Chávez @sueenjoycooking
 CUI04 · Dissabte 18 de novembre, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 20 € + 20 € material

Food experience: un àpat de Nadal molt gurmè

Professora: Sue Chávez @sueenjoycooking
 CUI05 · Dissabte 16 de desembre, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 20 € + 20 € material

CUINA TRADICIONAL I DE MERCAT

Cuina de mercat (octubre)

Professor: Esteve Ramírez @esteveramirez
 Del 3 al 31 d'octubre
 CUI06 · Dimarts, de 19 a 22 h
 Preu: 84 € + 50 € material · 5 sessions

Cuina de mercat: edició mati

Professor: Esteve Ramírez @esteveramirez
 Del 4 d'octubre al 8 de novembre
 CUI07 · Dimecres, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 84 € + 50 € material · 5 sessions

Croquetes i bunyols

Professora: Francesca dos Santos @cuinasaludablecesca
 CUI08 · Dijous 5 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

La cistella ecològica i de temporada: idees de cuina per al dia a dia

Professora: Francesca dos Santos @cuinasaludablecesca i L'Ortiga
 CUI09 · Dimecres 18 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 6 € material (patrocinat per L'Ortiga)

La cuina del peix

Professor: Esteve Ramírez @esteveramirez
 CUI10 · Dijous 26 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 7 € material (patrocina Tast de Mar)

La cuina del bolet

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
 CUI11 · Divendres 3 de novembre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

Cuina de mercat (novembre)

Professor: Esteve Ramírez @esteveramirez
 Del 7 de novembre al 5 de desembre
 CUI12 · Dimarts, de 19 a 22 h
 Preu: 84 € + 50 € material · 5 sessions

Cuina de tardor

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
 CUI13 · Divendres 17 de novembre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

Cuina de cullera

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
 CUI14 · Divendres 1 de desembre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

PASTISSERIA I REBOSTERIA

Iniciació als pans de massa mare

Professor: Carlos Queralto @grenyadors.carlosqueralto
 CUI15 · Dissabte 21 d'octubre, de 10 a 14 h
 Preu: 26 € + 15 € material

El cheesecake perfecte

Professora: Karin Requena @rekarin
 CUI16 · Dissabte 4 de novembre, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 20 € + 12 € material

Pastissos dolços i salats

Professora: Karin Requena @rekarin
 CUI17 · Dissabte 2 de desembre, de 10.30 a 13.30 h
 Preu: 20 € + 12 € material

CUINA TEMÀTICA

Veganitza't! Iniciació a la cuina vegana

Professor: Cassio Corsini @manjaretti
 CUI18 · Dilluns 16 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

Lasanyes

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
 CUI19 · Divendres 20 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material

La carabassa de cap a peus: treu-li tot el profit a la reina de la tardor

Professor: Àlex Todó @microorganismesorg
 CUI20 · Dilluns 23 d'octubre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 15 € material

Foc, brases i BBQ de tardor

Professor: Manel Guirado @manelguirado
 CUI21 · Dissabte 11 de novembre, de 19 a 22.30 h
 Preu: 23 € + 16 € material

Creativitat en conserva

Professora: Francesca dos Santos @cuinasaludablecesca
 CUI22 · Dimecres 15 de novembre, de 19 a 22 h
 Preu: 20 € + 12 € material



Vegetals fermentats: kimchis i xucruts

Professor: Àlex Todó, de
@microorganismesorg
CUI23 · Dimecres 22 de novembre,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Arrossos de tardor

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI24 · Dissabte 25 de novembre,
de 10.30 a 13.30 h
Preu: 20 € + 16 € material

Cuina creativa vegana per al Nadal

Professor: Cassio Corsini @manjaretti
CUI25 · Dilluns 11 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Aperitius de Nadal

Professor: Josep Vidal @josepvidalxef
CUI26 · Divendres 15 de desembre,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

ENS MENGEM EL MÓN

Ceviche, sashimi i tiradito: la connexió nikkei

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI27 · Dimecres 11 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 18 € material

Cuina siciliana

Professora: Alessandra Manetti @manjaretti
CUI28 · Dijous 19 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

La cuina de Guinea

Professor: Ismael Konate
CUI29 · Dissabte 21 d'octubre, de 19 a 21.30 h
Preu: 17 € + 10 € material

Cuina mexicana del Pacífic

Professor: Mario Adame
@marioadamexperiencias
CUI30 · Dijous 2 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Pasta fresca

Professora: Alessandra Manetti
@manjaretti
CUI31 · Dijous 9 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

La cuina d'Afganistan

Professora: Farida Walizada
CUI32 · Dissabte 11 de novembre, d'11 a
13.30 h
Preu: 17 € + 10 € material

Cuina mexicana tradicional

Professor: Mario Adame
@marioadamexperiencias
CUI33 · Dijous 16 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Streetfood de Sud-Amèrica

Professor: Cassio Corsini @manjaretti
CUI34 · Divendres 24 de novembre,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

El secrets de la cuina de l'Índia

Professora: Karin Requena @rekarin
CUI35 · Dijous 30 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

Els secrets del ramen

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI36 · Dilluns 4 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 15 € material

Risotti & riso: els arrossos a l'estil italià

Professora: Alessandra Manetti
@manjaretti
CUI37 · Dimarts 12 de desembre,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 12 € material

La cuina del Marroc

Professor: Oumelbanine Segnor
CUI38 · Dissabte 23 de desembre,
d'11 a 13.30 h
Preu: 17 € + 10 € material

VINS, CERVESES I MARIDATGES

Maridatge a 4 mans: cuina i vins de la Terra Alta

Professors: Patricia de Golferichs @vilateral
i Manel Guirado @manelguirado
CUI39 · Dimecres 4 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 20 € material

Maridatge a 4 mans: els vins de Collserola

Professors: Iñigo Haughey @haughey i
Manel Guirado @manelguirado
CUI40 · Dimecres 25 d'octubre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 20 € material

Maridatge a 4 mans: cuina i vins de l'Arc Mediterrani

Professors: Raimon Salas @restaurantcalton
i Manel Guirado @manelguirado
CUI41 · Dimecres 8 de novembre,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 20 € material

Maridatge amb formatges de tardor

Professor: Kike Ojanguren @DotzeGraus
CUI42 · Divendres 10 de novembre,
de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Maridatge: la cuina i les cerveses del Bocamoll

A càrrec del Bar Bocamoll @barbocamoll
CUI43 · Dilluns 13 de novembre, de 19.30 a
21.30 h
Preu: 13 € + 15 € material

Vins del nou món: Austràlia

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI44 · Dimecres 15 de novembre, de 19.30
a 21.30 h
Preu: 13 € + 20 € material

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





Grans vins negres de la DO Pla de Bages

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI45 · Dimecres 22 de novembre, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 13 € + 20 € material

Maridatge de formatges i bombolles

Professor: Kike Ojanguren @DotzeGraus
CUI46 · Dijous 23 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 17 € material

Maridatge de tardor a 4 mans

Professors: Esteve Ramirez
@esteveramirez i Manel Guirado
@manelguirado
CUI47 · Dimecres 29 de novembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 20 € material

Maridatge a 4 mans: receptes nadalzenques amb formatge

Professors: Kike Ojanguren @DotzeGraus i
Manel Guirado @manelguirado
CUI48 · Dijous 14 de desembre, de 19 a 22 h
Preu: 20 € + 20 € material

Tast d'ostres maridat (sessió a l'Aula Gastronòmica)

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI49 · Dimecres 20 de desembre, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 13 € + 15 € material (Patrocinat per Tast de Mar)



Tast d'ostres maridat (sessió a Tast de Mar Valldoreix)

Professor: Manel Guirado @manelguirado
CUI50 · Dijous 21 de desembre, de 19.30 a 21.30 h
Preu: 13 € + 15 € material (patrocinat per Tast de Mar)

TALLERS FAMILIARS

Taller familiar: panellets saludables

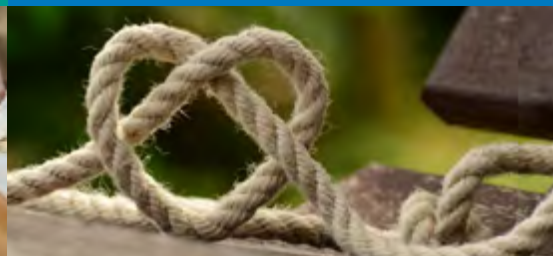
Professora: Clara Alsina @clericcookies
CUI51 · Dissabte 28 d'octubre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 7 € material

Taller familiar: sushi

Professora: Clara Alsina @clericcookies
CUI52 · Dissabte 18 de novembre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 10 € material

Taller familiar: postres de Nadal

Professora: Clara Alsina @clericcookies
CUI53 · Dissabte 16 de desembre, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 17 € + 7 € material



TALLERS

Una mirada cap a mi

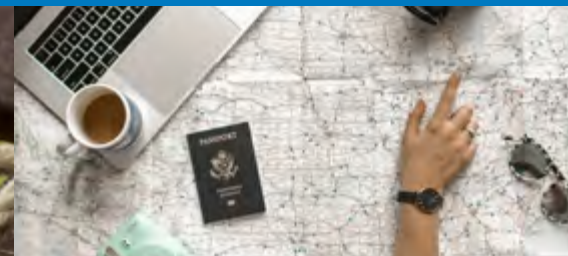
Per a joves de 12 a 16 anys
Fotografia Creativa i Participativa.
A càrrec d'Erika Arias
Del 4 al 25 d'octubre
OHJ01 · Dimecres, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 18 € · 4 sessions

Una mirada cap a dins

Per a joves de 17 a 21 anys
Fotografia Creativa i Participativa.
A càrrec d'Erika Arias
Del 8 al 29 de novembre
OHJ02 · Dimecres, de 17.30 a 19.30 h
Preu: 18 € · 4 sessions

Taller de creació de pòdcast

Coneix el món dels pòdcast i crea el teu!
A càrrec de Nacho Encinas
Del 10 d'octubre al 12 de desembre
OHJ03 · Dimarts, de 17 a 19 h
Preu: 45 € · 10 sessions



PÍNDOLES*

Estudiar i treballar Austràlia, t'expliquem tot el que necessites!

A càrrec de Patricia Mallol
OHJ04 · Dimecres 25 d'octubre, a les 18 h

Cerques feina per la temporada de Nadal? T'expliquem com fer-ho!

A càrrec de l'Assessoria Laboral
OHJ05 · Dijous 19 d'octubre, a les 17.30 h

PARLEM-NE*

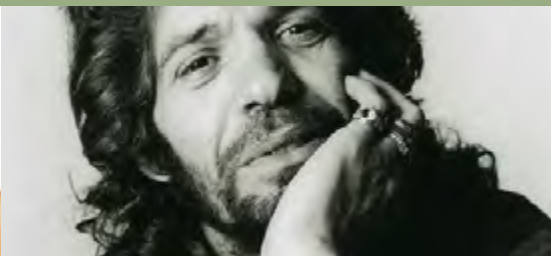
Xerrades adreçades a pares, mares, tutors/es i professionals

T'has quedat sense plaça per estudiar aquest curs?

Xerrada orientativa sobre alternatives per aquelles joves que no hagin pogut accedir als estudis desitjats per al curs 23-24

A càrrec de l'Assessoria Acadèmica
OHJ06 · Dilluns 2 d'octubre, a les 17 h

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



CURSOS

El paper de la guitarra elèctrica en el rock

A càrrec de Xavier Fort

PUA01 · Dissabte 18 de novembre, d'11 a 13 h

Preu: gratuït

Improvisació amb l'escala pentatònica, per guitarra i baix

A càrrec d'Oriol Saltor i Pol Barbé

PUA02 · Dissabte 2 de desembre, de 10.30 a 14 h

Preu: gratuït

Tècnica de guitarra aplicada al Blues

A càrrec d'Oriol Saltor

Del 9 d'octubre al 27 de novembre
PUA03 · Dilluns, de 20.30 a 22 h

Preu: 120 € · 8 sessions

TRIBUCS

TriBuc de Country

A càrrec d'Oriol Saltor

Del 10 d'octubre al 28 de novembre
(+sessió concert)

PUA04 · Dimarts, de 20 a 21.30 h

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de Hard Rock – Heavy

A càrrec de Jaume Saltor

Del 10 d'octubre al 28 de novembre
(+sessió concert)

PUA05 · Dimarts, de 21 a 22.30 h

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de clàssics del Rock&Roll 2

A càrrec d'Oriol Saltor

Del 11 d'octubre al 13 de desembre
(+sessió concert)

PUA06 · Dimecres, de 19.30 a 21 h

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de clàssics del Rock&Roll

A càrrec d'Oriol Saltor

Del 19 d'octubre al 14 de desembre
(+sessió concert)

PUA07 · Dijous, de 19.30 a 21 h

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de clàssics del Blues

A càrrec d'Oriol Saltor

Del 19 d'octubre al 14 de desembre
(+sessió concert)

PUA08 · Dijous, de 21 a 22.30 h

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc de Bossa Nova

A càrrec de professor/a per determinar

PUA9 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Queen

A càrrec de Pol Barbé

PUA10 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Red Hot Chilli Peppers

A càrrec de Xavi Viader

PUA11 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Doctor Prats

A càrrec d'Oriol Cors

PUA12 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Camarón

A càrrec de Pere Martínez

PUA13 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Ojos de Brujo

A càrrec de Pere Martínez

PUA14 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions

TriBuc a Coldplay

A càrrec de Quim Terrades

PUA15 · Horaris a convenir

Preu: 110 € · 9 sessions



ART. CREACIÓ, CONEIXEMENT I APRENENTATGE

Escultura

Professor: Pere Borrat
 Del 3 d'octubre al 12 de desembre
 CA01 · Grup A
 Dimarts, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 5 € de material* · 10 sessions
 Del 4 d'octubre al 20 de desembre
 CA02 · Grup B
 Dimecres, de 17 a 20 h
 Preu: 139 € + 5 € de material* · 10 sessions
 Del 5 d'octubre al 21 de desembre
 CA03 · Grup C
 Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 5 € de material* · 10 sessions

Taller de motlles per a la reproducció ceràmica

Professora: Sofia Romeo
 El 4 i 11 d'octubre
 CA04 · Dimecres, de 10 a 14 h
 Preu: 56 € + 10 € material · 2 sessions

Iniciació a la ceràmica

Professora: Iona Palau
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 CA05 · Grup A
 Dilluns, de 10 a 13 h
 Professora: Sandra Rubio
 Del 3 d'octubre al 12 de desembre
 CA06 · Grup B
 Dimarts, de 10 a 13 h
 CA07 · Grup C
 Dimarts, de 18 a 21 h
 Preu: 139 € + 25 € de material* · 10 sessions

Ceràmica

Professora: Iona Palau
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 CA08 · Grup A
 Dilluns, de 17 a 20 h
 Preu: 139 € + 25 € de material* · 10 sessions
 Professora: Sandra Rubio
 Del 4 d'octubre al 20 de desembre
 CA09 · Grup B
 Dimecres, de 17 a 20 h
 Preu: 139 € + 25 € de material* · 10 sessions
 Del 5 d'octubre al 21 de desembre
 CA10 · Grup C
 Dijous, de 10 a 13 h
 Preu: 139 € + 25 € de material* · 10 sessions
 Del 5 d'octubre al 21 de desembre
 CA11 · Grup D
 Dijous, de 18 a 21 h
 Preu: 125 € + 23 € de material* · 9 sessions

Curs de torn

Professora: Vero Díaz
 Del 4 d'octubre al 20 de desembre
 CA12 · Dimecres, de 10 a 13 h
 Preu: 210 € + 25 € material* · 10 sessions

Monogràfic: del bosc a la llar. Gerros escultòrics

Professora: Maria Grego March
 Del 10 al 17 de novembre
 CA13 · Divendres, de 17 a 20.30 h
 Preu: 45 € + 25 € material · 2 sessions

Taller de gravat

Professora: Aina Ache
 Del 3 d'octubre al 12 de desembre
 CA14 · Grup A
 Dimarts, de 10.30 a 13 h
 Del 6 d'octubre al 15 de desembre
 CA15 · Grup B
 Divendres, de 10.30 a 13 h
 Preu: 150 € + 15 € material · 10 sessions

Monogràfic: segells ex-libris

Professora: Anna Bustins
 CA16 · Dimecres 11 d'octubre, de 17 a 20 h
 Preu: 21 € + 8 € material

Monogràfic: cianotipia

Professora: Anna Bustins
 CA17 · Dimecres 8 de novembre, de 17 a 20 h
 Preu: 21 € + 6 € material

Monogràfic: enquadernació japonesa

Professora: Anna Bustins
 CA18 · Dimecres 13 de desembre,
 de 17 a 20 h
 Preu: 21 € + 7 € material

Tapis

Professora: Luna Muñoz
 Del 3 d'octubre al 12 de desembre
 CA19 · Grup A
 Dimarts, de 10 a 13 h
 Preu: 150 € + 12 € de material · 10 sessions
 Professora: Carla Mañosas
 Del 6 d'octubre al 15 de desembre
 CA20 · Grup B
 Divendres, de 17 a 20 h
 Preu: 150 € + 12 € de material · 10 sessions

Iniciació al tapis

Professora: Luna Muñoz
 Del 6 d'octubre al 3 de novembre
 CA21 · Grup A
 Divendres, de 10 a 13 h
 Del 10 de novembre al 15 de desembre
 CA22 · Grup B
 Divendres, de 10 a 13 h
 Preu: 75 € + 10 € de material · 5 sessions

Joieria tèxtil. Avançat

Professora: Chiqui Martín
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 CA23 · Dilluns, de 10 a 13 h
 Preu: 150 € + 14 € material
 10 sessions

Joieria tèxtil. Iniciació

Professora: Chiqui Martín
 Del 4 d'octubre al 13 de desembre
 CA24 · Dimecres, de 10 a 13 h
 Preu: 135 € + 13 € material
 9 sessions

Monogràfic de polseres de feltre

Professora: Susana Nettleton Lasheras
 CA25 · Grup A
 Divendres 13 d'octubre, de 17 a 20 h
 CA26 · Grup B
 Dijous 16 de novembre, de 10 a 13 h
 Preu: 27 € + 4 € material



Experimentació tèxtil amb estampats i tints naturals

Professora: Ina Olavarria

Del 5 d'octubre al 9 de novembre

CA27 · Grup A

Dijous, de 10 a 13 h

Del 20 d'octubre al 17 de novembre

CA28 · Grup B

Divendres, de 17 a 20 h

Preu: 105 € + 20 € material · 5 sessions

Llana de Collserola: de residu a recurs

Professores: Tornen les Esquelles

(Ana Vivero i Martina Manyà)

Del 16 d'octubre al 13 de novembre

CA29 · Dilluns, de 17 a 20 h

Preu: 165 € + 35 € material · 5 sessions

Hilando la movida

A càrrec de Leny Pony

CA30 · Divendres 24 de novembre, de 17 a 20 h

Preu: 33 € + 5 € material

ART I PENSAMENT

Dibuix, pintura i estampació experimental

Professora: Martina Manyà

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

ART02 · Grup A (Al Centre d'Art Maristany)

Dimarts, de 10 a 13 h

Preu: 139 € · 9 sessions + Masterclass 21 de

novembre, a càrrec de **Salvador Juanpere**

CA31 · Grup B (A Casa Aymat)

Dimarts, de 17 a 20 h

Preu: 139 € · 10 sessions

Dibuix i color

Professor: Miquel Angel Benejam

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

CA32 · Dimecres, de 10 a 13 h

Preu: 139 € · 10 sessions

Aprèn italià a través de l'art: Linguarte. Nivell 1

Professora: Gisella Tiberio

Del 3 d'octubre al 19 de desembre

CA33 · Dimarts, d'11 a 13 h

Preu: 105 € · 10 sessions

Aprèn italià a través de l'art: Linguarte. Nivell 4

Professora: Gisella Tiberio

Del 4 d'octubre al 20 de desembre

CA34 · Dimecres, de 18 a 20 h

Preu: 95 € · 9 sessions

ACTIVITATS DE LINGUARTE

Sicilia mon amour

Professora: Gisella Tiberio

El 3 i 31 d'octubre i 28 de novembre

CA36 · Dimarts, de 17.30 a 20.30 h

Preu: 63 € · 3 sessions

Il Fiorfiore

Professora: Gisella Tiberio

El 10 d'octubre, 7 de novembre i 12 de desembre

CA35 · Dimarts, de 17.30 a 20.30 h

Preu: 63 € · 3 sessions

CineArte

Professora: Gisella Tiberio

El 17 i 24 d'octubre i el 14 i 21 de novembre

CA37 · Dimarts, de 17.30 a 20.30 h

Preu: 75 € · 4 sessions

MASTERCLASS

Masterclass

Sense cost addicional per als alumnes del

Centre d'Art Maristany i Casa Aymat

Preu per a no alumnes: 12€ per masterclass

Introducció a l'aquarel·la

A càrrec de Monica Kopatschek i Ana López Serrano

Dilluns 13 de novembre, de 17 a 20 h
(Al Centre d'Art Maristany)

Dilluns 20 de novembre, de 10 a 13 h
(A Casa Aymat)

Les pedres, el lloc, les paraules

A càrrec de Salvador Juanpere

Dimarts 21 de novembre, de 10 a 13 h
(Al Centre d'Art Maristany)

Petit penjoll. Reciclem seda de corbates

A càrrec de Chiqui Martín

Dilluns 18 de desembre, de 10 a 13 h
(A Casa Aymat)



ART. CREACIÓ, CONEIXEMENT I APRENENTATGE

Del dibuix a la pintura: idea, mètode i procés

Professor: Marc Badia
Del 9 d'octubre al 18 de desembre
ART01 · Dilluns, de 10 a 13 h
Preu: 150 € · 10 sessions (inclou sessió a càrrec de Martina Manyà)

Dibuix, pintura i estampació experimental

Professora: Martina Manyà
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
ART02 · Grup A (Al Centre d'Art Maristany)
Dimarts, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 9 sessions + Masterclass 21 de novembre, a càrrec de **Salvador Juanpere**
CA31 · Grup B (A Casa Aymat)
Dimarts, de 17 a 20 h
Preu: 139 € · 10 sessions

Introducció a l'aquarel·la

Professores: Monica Kopatschek i Ana López Serrano
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
ART03 · Dimarts, de 18 a 20 h
Preu: 130 € · 10 sessions

Del dibuix a la pintura: idea, mètode i procés

Professor: Rafel G. Bianchi
Del 4 d'octubre al 20 de desembre
ART04 · Dimecres, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

Filadores, teixidores, cosidores: art tèxtil en femení plural

Professora: Helena Rotés
Del 4 d'octubre al 8 de novembre
ART05 · Dimecres, de 18 a 20 h
Preu: 70 € · 5 sessions

Llenguatge entre l'aigua i el paper

Professor: Oscar Sanchís
Del 5 d'octubre al 21 de desembre
ART06 · Dijous, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

Llenguatge entre l'aigua i el paper

Professor: Oscar Sanchís
Del 6 d'octubre al 15 de desembre
ART07 · Divendres, de 10 a 13 h
Preu: 139 € · 10 sessions

Taller d'art urbà - Paste-up (Per a joves entre 13 i 18 anys)

A càrrec de Leny Pony
ART08 · Dijous 23 de novembre, de 18 a 20 h
Preu: 33 € + 4 € material

ESPAI OBERT DE CREACIÓ

Espai obert de creació. Window: Viure l'art amb tots els sentits

A càrrec de Gusti, Isma i Inge Nouws
Del 6 d'octubre al 15 de desembre
ART09 · Divendres, de 18 a 20 h · 10 sessions
Preu: 3 € de material per sessió

MASTERCLASS

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

Introducció a l'aquarel·la

A càrrec de Monica Kopatschek i Ana López Serrano
Dilluns 13 de novembre, de 17 a 20 h
(Al Centre d'Art Maristany)
Dilluns 20 de novembre, de 10 a 13 h
(A Casa Aymat)

Les pedres, el lloc, les paraules

A càrrec de Salvador Juanpere
Dimarts 21 de novembre, de 10 a 13 h
(Al Centre d'Art Maristany)

Petit penjoll. Reciclem seda de corbates

A càrrec de Chiqui Martín
Dilluns 18 de desembre, de 10 a 13 h
(A Casa Aymat)



CONEIXEMENT

Conversa en francès.

Nivell intermedi

Professora: Ana Juste

Del 2 d'octubre al 11 de desembre

MC01 · Grup A

Dilluns, de 17.30 a 18.30 h

Preu: 60 · 10 sessions

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MC02 · Grup B

Dimecres, de 10 a 11 h

Preu: 54 · 9 sessions

Conversa en anglès.

Nivell intermedi

Professor: Peter Steinhagen

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MC03 · Dimecres, de 17.30 a 18.30 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Conversa en anglès. Nivell iniciació

Professor: Peter Steinhagen

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MC04 · Dimecres, de 18.45 a 19.45 h

Preu: 54 € · 9 sessions

EXPRESSIÓ

Dansa africana

Professora: Núria Muñoz

Del 2 d'octubre a 13 de novembre

ME01 · Dilluns, de 19.30 a 21 h

Preu: 89 € + 7 € percussió en directe
7 sessions

Taller de dibuix i pintura

Professora: Isabel Pons

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

ME02 · Grup A

Dimarts, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 120 € · 10 sessions

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

ME03 · Grup B

Dimecres, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 108 € · 9 sessions

Zumba

Professora: Carla Bustamante

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

ME04 · Grup A

Dimarts, de 19.30 a 20.30 h

ME05 · Grup B

Dimarts, de 20.45 a 21.45 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Ballet per adults

Professora: Montse Pallàs

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

ME06 · Intermedi

Dimarts, de 17.45 a 19.15 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

ME07 · Iniciació Nivell 1

Dimecres, de 19.15 a 20.15 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

ME08 · Iniciació Nivell 0

Dijous, de 20.45 a 21.45 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Country

Professora: Àngels Lalinde

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

ME09 · Nivell mig

Dijous, de 17 a 18 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Del 6 d'octubre al 15 de desembre

ME10 · Nivell bàsic I

Divendres, de 17 a 18 h

ME11 · Nivell bàsic II

Divendres, de 18.15 a 19.15 h

ME12 · Nivell bàsic 0

Divendres, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Bollywood

Professora: Diana Aguirre

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

ME13 · Dimecres, de 20.30 a 21.30 h

Preu: 45 € · 9 sessions

FORMACIÓ MUSICAL

Classes individuals de guitarra

(30 minuts)

Professor: Paco López

Del 2 d'octubre al 14 de desembre

MM01 · Horari a convenir

Taller de guitarra

(1 hora, 2 alumnes)

Professor: Paco López

Del 2 d'octubre al 14 de desembre

MM02 · Horari a convenir

Classes individuals de piano

(30 minuts)

Professora: Carme Mas

Del 2 d'octubre al 14 de desembre

MM03 · Horari a convenir

Classes individuals de tècniques

de cant (30 minuts)

Professora: Elsa Correia

Del 2 d'octubre al 14 de desembre

MM04 · Horari a convenir

Preu segons el dia i les sessions:

Dilluns o dimarts · 10 sessions: 165 €

Dimecres o dijous · 9 sessions: 149 €

RECURSOS

Tapisseria

Professora: Paquita Izquierdo

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MR01 · Dilluns, de 9 a 12 h

Preu: 150 € + 10 € material · 10 sessions

Restauració de mobles

Professora: Paquita Izquierdo

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MR02 · Grup A

Dilluns, de 12 a 14 h

MR03 · Grup B

Dilluns, de 16.30 a 18.30 h

MR04 · Grup C

Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

Preu: 100 € + 10 € material · 10 sessions



Del 3 d'octubre al 12 de desembre

MR05 · Grup D

Dimarts, de 9.30 a 11.30 h

MR06 · Grup E

Dimarts, d'11.30 a 13.30 h

Preu: 100 € + 10 € material · 10 sessions

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

MR07 · Grup F

Dijous, de 10 a 13 h

Preu: 135 € + 10 € material · 9 sessions

Taller de flors de bach

Professora: Clara Biosca

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

MR08 · Dijous, de 18.30 a 20h

Preu: 81 € + 10 € material · 9 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

loga

Professora: Catherine Rossier

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

MP01 · Grup A

Dimarts, de 9 a 10.15 h

MP02 · Grup B

Dimarts, de 10.30 a 11.45 h

Preu: 75 € · 10 sessions

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

MP03 · Grup C

Dijous, de 10 a 11.15 h

Preu: 68 € · 9 sessions

Pilates correcció postural

Professora: Verònica Llorens

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MP04 · Dimecres, de 10 a 11 h

Preu: 60 € · 9 sessions

Stretching pilates

Professora: Verònica Llorens

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MP05 · Dimecres, d'11 a 12 h

Preu: 60 € · 9 sessions

Pilates

Professora: Patricia Bedós

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MP06 · Grup A

Dilluns, de 12.15 a 13.15 h

MP07 · Grup B

Dilluns, de 19 a 20 h

MP08 · Grup C

Dilluns, de 20 a 21 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

MP09 · Grup D

Dijous, de 18.15 a 19.15 h

MP10 · Grup E

Dijous, de 19.30 a 20.30 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva

Professor: Alexandre Gràcia

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MP11 · Grup A

Dilluns, de 16.45 a 17.45 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

MP12 · Grup B

Dimarts, de 12 a 13 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Hatha loga

Professora: Cecília Méndez

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MP13 · Grup A

Dilluns, de 17.45 a 18.45 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MP14 · Grup B

Dimecres, de 17.45 a 19 h

Preu: 68 € · 9 sessions

INFÀNCIA I JOVENTUT

Hip hop

Professora: Lucía García

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MI04 · Grup de 3 a 5 anys

Dilluns, de 17 a 18 h

MI05 · Grup de 6 a 11 anys

Dilluns, de 18.15 a 19.15 h

Preu: 50 € · 10 sessions

Dansa educativa

Professora: Marta Demarte

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MI01 · Grup de 4 a 6 anys

Dimecres, de 16.45 a 17.45 h

MI02 · Grup de 7 a 9 anys

Dimecres, de 18 a 19 h

Preu: 54 € · 9 sessions

Taller de patinet (de 6 a 11 anys)

A càrrec d'Ungravity

Del 6 d'octubre al 15 de desembre

MI03 · Divendres, de 17 a 18 h

Preu: 68 € · 9 sessions

Taller de llengua russa (de 4 a 6 anys)

Professora: Julia Portnyagina

Del 6 d'octubre al 15 de desembre

MI06 · Divendres, de 17 a 19 h

Preu: 90 € · 9 sessions

FAMILIAR

Música en família (de 6 a 24 mesos)

Professora: Mercedes Docampo

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

MF01 · Grup A

Dilluns, de 9.45 a 10.45 h

MF02 · Grup B

Dilluns, d'11 a 12 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Gimnàstica abdominal hipopressiva amb nadons

Professor: Alexandre Gràcia

Del 20 d'octubre al 15 de desembre

MF03 · Divendres, de 10.30 a 11.30 h

Preu: 42 € · 7 sessions

loga per a embarassades

Professora: Laia Capdevila

Del 20 d'octubre al 15 de desembre

MF04 · Divendres, de 11.45 a 12.45 h

Preu: 54 € · 9 sessions

**ONLINE****Gimnàstica abdominal hipopressiva online**

Professor: Alexandre Gràcia

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

MO01 · Dimecres, de 20.15 a 21.15 h

Preu: 54 € · 9 sessions

MONOGRÀFICS**Taller de difusió d'olis essencials**

A càrrec d'Annick Vanhollebeke

MT01 · Divendres 10 novembre, de 17 a 19 h

Preu: 11 € + 10 € material · 1 sessió

Taller del riure en família

A càrrec de Teresa Pla

MT02 · Dissabte 28 d'octubre, de 10 a 12 h

Preu: 30 € preu 1 adult + 1 infant · 1 sessió

Taller de dansa en família

A càrrec de Neus Ferrer i Enric Ases

MT03 · Dissabte 18 de novembre, d'11 a 13 h

Preu: 30 € preu 1 adult + 1 infant · 1 sessió

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

Dimarts, de 15 a 17 h

Divendres, de 10 a 13 h

Dissabte, de 10 a 13 h

Activitat gratuïta

Consulta la normativa a **centresculturals.**

santcugat.cat o escrivint a

casalmirasol@santcugat.cat

MILLOR QUE NOU, REPARAT!**Repara petits electrodomèstics i aparells electrònics, arregla i transforma roba vella o que no utilitzes.**

Dijous, de 16.30 a 19.30 h

Aparells

5 i 26 d'octubre

9 i 23 de novembre

14 de desembre

Tèxtil

19 d'octubre

2, 16 i 30 de novembre

21 de desembre

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia a

casalmirasol@santcugat.cat

Més informació a

www.oficinasostenible.santcugat.cat

EXPRESSIÓ**Bollywood**

Professora: Lali Ribalta

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

LE1 · Dimarts, de 20 a 21 h

Preu: 60 € · 10 sessions

Cos, expressió i moviment

Professora: Carla Rodríguez

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

LE2 · Dilluns, de 20 a 21.30 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Dansa africana

Professora: Núria Muñoz (Associació Karamalà)

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

LE3 · Dimecres, de 19 a 20.30 h

Preu: 95 € amb música en directe · 9 sessions

Dansa afrocaribenya

Professora: Carolina Garcia

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

LE4 · Dimarts, de 17.45 a 19.15 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Moviment conscient: ballem la nostra energia

Professora: Rosa Peña

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

LE5 · Dimarts, de 19.30 a 21 h

Preu: 90 € · 10 sessions

Tango

Professors: Gisela Navonit i

Alejandro González

Del 5 d'octubre al 14 de desembre

LE6 · Dijous, de 19.30 a 21 h

Preu: 88 € per persona · 9 sessions

FORMACIÓ MUSICAL**Bateria**

Professor: Joan Carles Mari

Del 2 d'octubre a l'11 de desembre

LM1 · Dilluns. Horari a convenir. 10 sessions

30 min./set.: 125 €

45 min./set.: 188 €

Guitarra acústica i elèctrica

Professor: Sergi Coch

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

LM2 · Dimarts. Horari a convenir · 10 sessions

30 min./set.: 125 €

45 min./set.: 188 €

Piano

Professora: Clàudia Bardagi

Del 3 d'octubre al 12 de desembre

LM3 · Grup A

Dimarts. Horari a convenir · 10 sessions

30 min./set.: 125 €

45 min./set.: 188 €

Baix

Professor: Modest Pelfort

Del 4 d'octubre al 13 de desembre

LM4 · Dimecres. Horari a convenir · 9 sessions

30 min./set.: 113 €

45 min./set.: 169 €



Contrabaix

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LM5 · Dimecres. Horari a convenir
9 sessions
30 min./set.: 113 €
45 min./set.: 169 €

Guitarra espanyola

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LM6 · Dimecres. Horari a convenir
9 sessions
30 min./set.: 113 €
45 min./set.: 169 €

Saxo

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LM7 · Dimecres. Horari a convenir
9 sessions
30 min./set.: 113 €
45 min./set.: 169 €

Trompeta

Professor: Modest Pelfort
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LM8 · Dimecres. Horari a convenir
9 sessions
30 min./set.: 113 €
45 min./set.: 169 €

Piano

Professora: Clàudia Bardagi
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
LM9 · Grup B
Dijous. Horari a convenir · 9 sessions
30 min./set.: 113 €
45 min./set.: 169 €

RECURSOS

Dibuix

Professor: Sergi Coch
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LR1 · Dimecres, de 18.30 a 20 h
Preu: 81 € · 9 sessions

Esriptura creativa

Professora: Agustina Bassani
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
LR2 · Dilluns, de 18 a 20 h
Preu: 100 € · 10 sessions

Quadern naturalista il·lustrat

Professora: Sol Arguindegui
Del 19 al 26 d'octubre
LR3 · Dijous, de 17 a 19.30 h
Preu: 30 € + 4 € de material · 2 sessions

BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Art i benestar

Professora: Jimena Ibáñez
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
LB1 · Dimarts, de 17 a 19 h
Preu: 75 € · 10 sessions

Arts marcial

Professor: Eitan Alegre
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LB2 · Dijous, de 20.30 a 21.45 h
Preu: 43 € · 9 sessions

Pilates

Professora: Laura Jardí
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LB3 · Grup A
Dimecres, de 17.45 a 19.15 h
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
LB4 · Grup B
Dijous, de 18.45 a 20.15 h
Preu: 68 € · 9 sessions

Relaxació i tècniques de benestar

Professora: Laura Jardí
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LB5 · Dimecres, de 16.30 a 17.30 h
Preu: 45 € · 9 sessions

INFÀNCIA I JOVENTUT

Dances del món (a partir de 8 anys)

Professora: Carolina García
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
LI1 · Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 54 € · 9 sessions

Es busquen mags de les emocions! Entrenament en intel·ligència emocional (de 6 a 11 anys)

Professora: Araceli Suñé
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
LI2 · Dimarts, de 18.30 a 19.30 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Hip hop (a partir de 8 anys)

Professora: Lucía García
Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
LI3 · Dijous, de 18.15 a 19.15 h
Preu: 60 € · 10 sessions

Iniciació al dibuix (a partir de 10 anys)

Professor: Sergi Coch
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
LI4 · Dimecres, de 17.15 a 18.15 h
Preu: 54 € · 9 sessions

ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

Cicle de tallers vivencials sobre acompanyament infantil:

A càrrec de Silvia Minarelli
Acompanyament a la sexualitat infantil en l'etapa de 0-6 anys
LF1 · Divendres 6 d'octubre, de 17 a 19 h
Com respectar i acompanyar el desenvolupament motriu dels infants
LF2 · Divendres 3 de novembre, de 17 a 19 h
Preu: 10 € per taller i persona

Música en família (per a famílies amb infants d'1 a 6 anys)

Professora: Magda Maszek
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
LF3 · Dijous, de 17 a 18 h
Preu: 54 € preu 1 adult + 1 infant · 9 sessions



Viatges sonors pels elements: Integrant els elements a través del so. (Per a famílies amb infants de totes les edats)

Professora: Jenny T Madrigal
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
LF4 · Dimarts, de 17 a 18 h
Preu: 60 € preu 1 adult + 1 infant · 10 sessions

AULES OBERTES

Trobades obertes a tothom "Milongas" – Trobades de tango

LA1 · Trobada 1
Divendres 27 d'octubre, de 18 a 21 h
LA2 · Trobada 2
Divendres 24 de novembre, de 18 a 21 h
LA3 · Trobada 3
Divendres 15 de desembre, de 18 a 21 h
Preu: gratuït · Inscripció obligatòria

ESPAI FAMILIAR

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

Dilluns, dimecres i divendres, de 16 a 18 h.
Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia.

Activitat gratuïta. Cal inscripció prèvia

Més informació a
93.583.81.43
casinolafloresta@santcugat.cat
centresculturals.santcugat.cat

EXPRESSIÓ

Balls de saló

Professor: Josep Vilaplana
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
PE1 · Dimarts, de 20.15 a 21.15 h
Preu: 30 € · 10 sessions

FORMACIÓ MUSICAL

Classes grupals de guitarra

Professor: Miquel Castanyer
Del 6 d'octubre al 15 de desembre
PM1 · Divendres, de 19 a 20.30 h
Preu: 70 € · 9 sessions
*Cal que l'alumne porti la seva guitarra

RECURSOS

Fotografia estenopecica

A càrrec de Gianluca Mastrocinque
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
PR1 · Dimarts, de 19 a 20 h
Preu: 30 € · 10 sessions

INFORMÀTICA I NOVES TECNOLOGIES

Acompanyament digital

Professor: Coordinador/ar Punt Tic
Del 2 d'octubre al 15 de desembre
PT1 · Dilluns i divendres, de 17 a 19 h
Preu: gratuït · 20 sessions

Treu-li profit a la teva tablet i mòbil Android

Professor: Coordinador/ar Punt Tic
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
PT2 · Dimarts, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 10 sessions

Comencem de zero!

Professor: Coordinador/ar Punt Tic
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
PT3 · Dimecres, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 9 sessions

INFÀNCIA I JOVENTUT

Taller d'estudi assistit

Professora: Júlia Garrell
Del 3 d'octubre al 12 de desembre
PI1 · Per a joves a partir de 12 anys
Dilluns, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 10 sessions

English games

A càrrec d'Espai Jove
Del 4 d'octubre al 13 de desembre
PI2 · Per a joves a partir de 12 anys
Dimecres, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 9 sessions

Robòtica

Professor: Coordinador/ar Punt Tic
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
PI3 · Per a infants de 8 a 12 anys
Dijous, de 17 a 18 h
Preu: gratuït · 9 sessions

Cuina saladada

A càrrec d'Espai Jove
Del 5 d'octubre al 14 de desembre
PI4 · Per a joves a partir de 12 anys
Dijous, de 18.30 a 20 h
Preu: gratuït · 9 sessions

ESPAI JOVE LA FLORESTA



📞 681 27 14 95

📱 @espaijoveLF

Centre Sociosanitari de la Floresta.
C. Pearson, 30

ESPAI PER A JOVES DE 12 A 18 ANYS

Espai de trobada, aula d'estudi,
tallers: Boxing day, dibuix, troya,
cinefòrum i molt més!

De dilluns a divendres, de 17 a 20 h

Taller d'estudi assistit

Dilluns i/o dimecres, de 17 a 18.30 h

Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia

Més informació:
ejovelafloresta@santcugat.cat



BENESTAR I CREIXEMENT PERSONAL

Mindfulness

Professora: Julieta Rozen
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 PB1 · Dilluns, de 18.30 a 19.30 h
 Preu: 30 € · 10 sessions

Ioga Hatha

Professora: Julieta Rozen
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 PB2 · Grup A
 Dilluns, de 19.45 a 21 h
 Preu: 30 € · 10 sessions
 Del 6 d'octubre al 15 de desembre
 PB3 · Grup B
 Divendres, de 16.15 a 17.15 h
 Preu: 27 € · 9 sessions

Cos i moviment

Professora: Carla Rodríguez
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 PB4 · Dilluns, de 18 a 19.30 h
 Preu: 30 € · 10 sessions

logamas ioga dinàmic, consciència corporal i meditació

Professora: Lorena Candia
 Del 5 d'octubre al 14 de desembre
 PB5 · Dijous, de 20 a 21 h
 Preu: 27 € · 9 sessions

Cercle de dones

Professora: Tere González
 Del 5 d'octubre al 14 de desembre
 PB6 · Dijous, de 18.30 a 20 h
 Preu: 45 € · 10 sessions

Tai Chi

Professora: Isidora
 Del 2 d'octubre al 28 de novembre
 PB7 · Dilluns, de 20 a 21 h
 Preu: 24 € · 8 sessions

ESPORT A LES PLANES

Gimnàstica per a gent gran

Professor: Albert Larriba
 Del 3 d'octubre al 12 de desembre
 PS1 · Grup A
 Dimarts, de 17.30 a 18.30 h
 Preu: gratuït · 10 sessions
 Del 4 d'octubre al 13 de desembre
 PS2 · Grup B
 Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
 Preu: gratuït · 9 sessions

Open training

Professor: Albert Larriba
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 PS3 · Grup A
 Dilluns, de 17.15 a 18.15 h
 Preu: gratuït · 10 sessions

G.A.C.

Professor: Albert Larriba
 Del 4 d'octubre al 13 de desembre
 PS4 · Grup A
 Dimarts, de 18.30 a 19 h
 Preu: gratuït · 10 sessions
 Del 5 d'octubre al 14 de desembre
 PS5 · Grup B
 Dimecres, de 18.30 a 19 h
 Preu: gratuït · 9 sessions

Fit training Per a majors de 18 anys

Professor: Albert Larriba
 Del 3 d'octubre al 12 de desembre
 PS6 · Grup A
 Dimarts, de 19 a 20 h
 Preu: gratuït · 10 sessions
 Del 4 d'octubre al 13 de desembre
 PS7 · Grup B
 Dimecres, de 19 a 20 h
 Preu: gratuït · 9 sessions
 Del 5 d'octubre al 14 de desembre
 PS8 · Grup C
 Dijous, de 19 a 20 h
 Preu: gratuït · 10 sessions

ACTIVITATS PER A FAMÍLIES

Música en família

Professora: Margarida Triadú
 Del 6 d'octubre al 15 de desembre
 Per a famílies amb infants de 6 a 36 mesos
 PF1 · divendres, de 16.30 a 17.30 h
 Preu: 38 € preu 1 adult + 1 infant · 9 sessions

Ioga en família

Professora: Julieta Rozen
 Del 2 d'octubre a l'11 de desembre
 PF2 · Dilluns, de 17.30 a 18.30 h
 Preu: 30 € · 10 sessions

MONOGRÀFICS

Emmagatzematge al telèfon

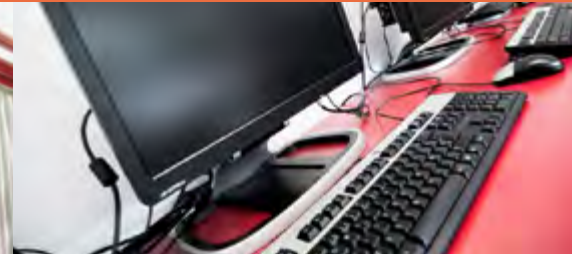
Professor: Coordinador/ar Punt Tic
 PMON1 · Divendres 13 d'octubre,
 de 18 a 19 h
 Preu: gratuït

Disseny i impressió 3D

Professor: Coordinador/ar Punt Tic
 PMON2 · Divendres 10 de novembre,
 de 18 a 19 h
 Preu: gratuït

Que no ens estafin!

Professor: Coordinador/ar Punt Tic
 PMON3 · Divendres 15 de desembre,
 de 18 a 19 h
 Preu: gratuït



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:

623 39 51 09
casallesplanes@santcugat.cat

SERVEI D'ESPORT

ESPAI OBERT DE CONSULTES ESPORTIVES

Dijous, de 16 a 18 h

Cal demanar cita prèvia.

Més informació:

699 50 42 20
casallesplanes@santcugat.cat

PUNT TIC LES PLANES

ACOMPANYAMENT DIGITAL

Tots els dilluns, de 17 a 20 h

ÚS LLIURE I CONSULTES

De dilluns a divendres, de 16 a 20 h
(excepte quan hi ha un curs programat)

Activitats gratuïtes. Cal demanar cita prèvia
Més informació:

699 50 42 20
casallesplanes@santcugat.cat

ESPAI ECO

ESPAIS OBERTES

Recollida cistella de fruites i verdures de La Rural de Collserola
Cada dijous, a les 19 h

Aula oberta de restauració de mobles

Dilluns, dimecres i dissabte, d'11 a 14 h

Aula oberta de música amb Les Planes Músic

Cada divendres, de 18 a 21 h

MONOGRÀFICS

Preparem olives macerades

A càrrec de David Balsells

ECO 1 · Dimecres 4 d'octubre, de 18.30 a 20h

Presentació del llibre "Cuatro pin-celadas de divulgación científica"

A càrrec de Rafa López Martín de "Natura a prop de Barcelona"

ECO 2 · Dijous 19 d'octubre, de 19.15 a 20.15 h

Incendis forestals: nostrats o nouvinguts?

A càrrec de Pere Alzina Bilbeny

ECO 3 · Dimecres 25 d'octubre, de 18.30 a 20.30 h

Farmaciola de tardor

Sortida etnobotànica i elaboració de remeis

A càrrec d'Arrels Voladores

ECO4 · Dilluns 6 de novembre, de 18 a 20 h

Enquadernació creativa

A càrrec de Programa "Millor que nou" de l'AMB

ECO5 · Dimecres 15 de novembre, de 18.30 a 20.30 h

Sortida etnomicològica

Passegem i coneguem els bolets de l'entorn

A càrrec de Collectiu Eixarcolant

ECO6 · Dissabte 25 de novembre, de 9.30 a 12 h

Manteniment i reparació d'aparells electrònics

A càrrec de Programa "Millor que nou" de l'AMB

ECO 7 · Dijous 30 de novembre, de 18 a 20 h

Emboliquem amb materials aprofitats

A càrrec de Programa "Millor que nou" de l'AMB

ECO 8 · Dijous 21 de desembre, de 18 a 20 h



Casal les Planes
Plaça del Coll de la Creu d'en Blau, 7

☎ **682 505 750**
📱 **@espaijovelesplanes**

ESPAI PER A JOVES DE 12 A 18 ANYS

Espai de trobada, d'estudi, tallers: Hip hop, twerk, parkour, tallers, cineforum i molt més!

De dilluns a divendres de 16 a 20 h

Taller d'Estudi Assistit

Dilluns i/o dimecres, de 17 a 18.30 h

Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia

Més informació:

espaijovelesplanes@santcugat.cat



MONOGRÀFICS ESPAI ECO

Restauració de mobles i creació amb palets reciclats

PECO0 · Dilluns i dimecres, d'11 a 14 h i dissabtes de 10 a 14 h

Capoeira

PECO1 · Dilluns, de 19 a 20.30 h

Espai lliure multidisciplinari d'art i creativitat

PECO2 · Dimarts, d'11 a 13 h

Sevillanes

PECO3 · Dimarts, de 19 a 20.30 h

Grup de consum. Recollida cistella de fruites i verdures de La Rural de Collserola

PECO4 · Cada dijous, a les 19 h

Batucada

PECO5 · Diumenges, a les 11 h

Activitats gratuïtes amb places limitades.

Important: un cop t'has inscrit una activitat, has d'anar al carret i confirmar l'operació. Comprova que has rebut un e-mail de confirmació automàtic de reserva de la teva plaça. Si no s'acaba el procés d'inscripció correctament, no s'assegura la plaça a l'activitat.

Aules i grups autogestionats

Espais dirigits de manera voluntària un o més veïns/es i oberts gratuïtament a tothom del barri qui vulgui formar-ne part.

Més informació:

622 39 57 83

espaiperegrau@santcugat.cat

www.espaiecosantcugat.cat

Espai Pere Grau

Camí de Can Flo 19, Les Planes



TASTET DE CURSOS!

Vols provar alguns dels tallers que fem als centres culturals?

Portes obertes del 18 al 22 de setembre

Inscripció prèvia i més informació
CENTRESCULTURALS.SANTCUGAT.CAT



FUNCIONAMENT

Per formalitzar la matrícula als cursos dels Centres Culturals, cal que els usuaris i usuàries es registrin al lloc web: www.centresculturals.santcugat.cat mitjançant el seu DNI, un correu electrònic i les dades personals.

NORMATIVA

- Les inscripcions s'han de fer online a la web 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 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.
- La inscripció queda resolta quan es realitza el pagament. Mentrestant, es figura com a preinscrit i no s'assegura la plaça.
- Cada curs requereix un mínim d'alumnes per a realitzar-se.
- 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, no es retornarà l'import del curs.
- Un cop iniciat el curs, no s'admetran canvis ni es faran devolucions.
- Un cop realitzada la inscripció no es retornarà l'import de la matrícula, excepte si el taller és anul·lat per part de l'organització. En cas de força major derivada de la crisi sanitària actual i/o perquè qualsevol autoritat governamental no permeti el desenvolupament de l'activitat a la qual ha estat inscrit/a de forma presencial (donat que aquesta circumstància pot restringir l'accés a l'equipament), el centre podrà adaptar aquesta activitat en format virtual, i es reserva el dret a canviar el professorat, el calendari de les sessions i l'horari. Aquesta variació no suposarà que el curs es consideri cancel·lat o suspès i no donarà dret a la devolució de l'import de la inscripció proporcional a les sessions realitzades virtualment. Aquests possibles canvis seran informats amb antelació així com el suport o plataforma telemàtica des de la que es continuarà oferint l'activitat. El cursos que no es puguin realitzar online ni modificar dates i horaris quedaran anul·lats amb la corresponent devolució econòmica de la part proporcional no cursada.
- 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.

XARXA DE CENTRES CULTURALS

CASA DE CULTURA

C. Castellví, 8
08173 Sant Cugat del Vallès
casadecultura@santcugat.cat
93 589 13 82 

XALET NEGRE

Pl. del Coll, 4
08172 Sant Cugat del Vallès
xaletnegre@santcugat.cat
93 603 05 29 

CASAL TORREBLANCA

Av. Pla del Vinyet, 81-85
08172 Sant Cugat del Vallès
casaltorreblanca@santcugat.cat
93 544 19 65 

CASINO LA FLORESTA

C. Casino, 27
08198 La Floresta
casinolafloresta@santcugat.cat
93 583 81 43 

CASAL LES PLANES

Plaça de la Creu d'en Blau
08196 Les Planes
casallesplanes@santcugat.cat
93 675 51 05 

CASAL DE MIRA-SOL

C. de Mallorca, 42
08195 Mira-sol
casalmirasol@santcugat.cat
93 589 20 18 

CENTRE D'ART MARISTANY

C. d'Àngel Guimerà, 2
08172 Sant Cugat del Vallès
maristany@santcugat.cat
93 165 85 89  

CENTRE GRAU-GARRIGA D'ART TÈXIL CONTEMPORANI

Pl. Can Quitèria, 1
08172 Sant Cugat del Vallès
centregraugarriga@santcugat.cat
677 49 01 64 

CASA AYMAT

C. de Villà, 68
08173 Sant Cugat del Vallès
casaaymat@santcugat.cat
93 565 70 82 

SALA CLAVÉ – LA UNIÓN

Av. de Josep Anselm Clavé, 13-17
08173 Sant Cugat del Vallès
936 75 20 57

CENTRESCULTURALS.SANTCUGAT.CAT



#culturastc

