



GRUPOS Y HORARIOS TALLERES DE MAYORES THAM 2023-2024

ALPEDRETE PUEBLO			
TALLER	GRUPO	HORARIO	NIVEL
Gimnasia	Grupo 1	Lunes y miércoles 9:00 a 9:50	
	Grupo 2	Lunes y miércoles 10:00 a 10:50	
	Grupo 3	Lunes y miércoles 11:00 a 11:50	
	Grupo 4	Lunes y miércoles 12:00 a 12:50	
	Grupo 5	Martes y jueves 11:15 a 12:05	
	Grupo 6	Lunes y Miércoles 13:00 a 13:50	Movilidad reducida
Gimnasia al aire libre	Grupo 1	Martes y jueves 12:15 a 13:15	
YOGA (Taller Espalda)	Grupo 1	Miércoles 17:00	
	Grupo 2	Miércoles 18:00	
Memoria	Grupo 1	Miércoles 11:30-12:30	Refuerzo
	Grupo 2	Miércoles 12:30-14:00	Preventivo
	Grupo 3	Jueves 9:30-11:00	Preventivo
Manualidades	Grupo 1	Miércoles 16:00-18:00	
Baile	Grupo 1	Martes y viernes 17:30 - 18:30	
Informática	Grupo 1	Jueves 17:00-19:00	Avanzando
	Grupo 2	Lunes 17:00-19:00	Iniciación
Lectura y Escritura Creativa	Grupo 1	Miércoles 10:00-12:00 (QUINCENAL)	
Redescubrir la Historia	Grupo 1	Martes 12:30-14:00	
Redescubrir el Arte	Grupo 1	Viernes 10:00-11:30	
ALPEDRETE LOS NEGRALES			
TALLER	GRUPO	HORARIO	NIVEL
Baile	Grupo 1	Lunes y miércoles 17:30 a 18:30	
Gimnasia Los Negrales	Grupo 1	Martes y jueves 9:00 a 9:50	
	Grupo 2	Martes y jueves 10:00 a 10:50	
Memoria	Grupo 1	Miércoles 9:30 a 11:00	Preventivo
Manualidades	Grupo 1	Lunes 10:00-12:00	

* Estos horarios pueden verse modificados en función de la demanda.

* La asistencia a los grupos de diferentes niveles estará condicionada al criterio del profesor (pudiendo no respetarse la solicitud inicial de los participantes).

* Para la realización de cada taller se requerirá un número mínimo de inscripciones.



AYUNTAMIENTO
DE ALPEDRETE



TALLER BIENESTAR INTERGENERACIONAL 2023-2024

TALLER	GRUPO	HORARIO	DESTINATARIOS
Ejercicio Biosaludable	Grupo 1	Lunes y miércoles 9:30 a 10:20	Preferencia plaza MAYORES DE 60
	Grupo 2	Lunes y miércoles 10:30 a 11:20	Preferencia plaza MAYORES DE 60
	Grupo 3	Martes y jueves 09:30 a 10:20	Preferencia plaza MAYORES DE 60
	Grupo 4	Martes y jueves 10:30: a 11:20	Preferencia plaza MAYORES DE 60
	Grupo 5	Martes y jueves 11:30 a 12:20	Preferencia plaza MAYORES DE 60

** Estos horarios pueden verse modificados en función de la demanda.*

** La asistencia a los grupos de diferentes niveles estará condicionada al criterio del profesor (pudiendo no respetarse la solicitud inicial de los participantes).*

** Para la realización del taller se requerirá un número mínimo de inscripciones.*