PROGRAMA MUNICIPAL DE FORMACIÓN 2017 - 2018

Vida, Salud y Cultura

Matrícula abierta a partir del lunes 4 de septiembre de 2017

FORMACIÓN REGLADA

Cursos impartidos por el Centro de Educación de Personas Adultas (CEPA).
El precio de todos los cursos es de 20 euros (matrícula).

- **Formación Básica Inicial Alfabetización.** De septiembre a junio, en el Centro de Mayores de Ravelo y en el Centro de Mayores del casco, dos días a la semana en horario de tarde.
- **Obtención del título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria.** De septiembre a junio, en el Centro Antigua Casa de la Cultura de Ravelo, en horario de tarde.

FORMACIÓN NO REGLADA

ADIESTRAMIENTO CANINO

- **Adiestramiento canino.** Curso de cuatro meses lectivos (un día a la semana) impartido por Benito Gil Hernández. El precio al mes es de 45 euros.

BELLAS ARTES

- **Crochet y ganchillo.** Impartido por M. Aurora Pérez Hernández, de octubre a junio, en el Centro Cultural de El Calvario, los miércoles de las 18.00 a las 20.00 horas. El precio al mes es de 20 euros
- **Grabado calcográfico** tocando diferentes técnicas de las artes gráficas (punta seca, aguafuerte, aguatinta, xilografía y linóleo) Curso los sábados de las 10.00 a las 13.00 horas en El Centro Cultural El Sauzal y coste 30 euros mensuales con materiales incluidos.
- **Pintura artística.** Óleo, acrílico, acuarela y otras técnicas. De septiembre a junio, en el Centro Cultural de El Calvario, los lunes y martes, de las 17.00 a las 20.00 horas. Curso impartido por Fabián Castilla. El precio al mes es de 20 euros (dos horas semanales) o 30 euros (tres horas semanales).

COCINA

Cursos gestionados por el Ayuntamiento de El Sauzal e impartidos por la Asociación Minichef de Tenerife en el Aula de Cocina, bajo la Sala La Pirámide. El precio por curso al mes es de 26 euros para residentes y de 31 euros para no residentes. Las personas que se inscriban en más de un curso de cocina tendrán un descuento de 10 euros en la cuota del segundo curso. Los familiares (matrimonios o hijos) se les reducirá la cuota en 5 euros a cada uno de ellos.La presentación de esta actividad tendrá lugar el jueves 28 de septiembre, a las 18.00 horas, en el Salón de Actos del Centro Cultural El Sauzal.

- Los lunes, **Pastelería y repostería aficionados**, de las 18.00 a las 20.00 horas.
- Los martes, **Cocina para aficionados.** Taller impartido por la Chef Marianne Christine Van Nood, de las 17.00 a las 19.00 horas.
- Los miércoles, **Cocina y pastelería francesa para aficionados**. Taller impartido por Samuel Diard, de las 17.00 a las 19.00 horas.
- Los jueves, **Cocina de Sociedad Gastronómica.** Taller impartido por la Chef Isabel Alonso, de las 18.00 a las 20.00 horas.

Talleres para niños y jornadas gastronómicas impartidos y gestionados por la Asociación Minichef de Tenerife en el Aula de Cocina, bajo la Sala La Pirámide. Se incluye material, almuerzo, fotocopias, seguro, docente y monitores. Más información en el teléfono 639 925 966 y en el correo electrónico elminichefdetenerife@gmail.com / www.clubminichefsauzal.com

Talleres para niños. El precio por taller es de 20 euros.

- Sábado 28 de octubre **Cocina de Hallowen**.
- Sábado 25 de noviembre **Cocina cantonesa**.
- Sábado 20 de enero **Cocina peruana**.
- Sábado 24 de febrero **Cocina de Marruecos**.
- Sábado 20 de abril **Cocina de Brasil**.
- Sábado 26 de mayo **Cocina de picnic**.

- **Jornadas gastronómicas en Navidad** los días 26, 27,28 y 29 de diciembre. Temática "la Navidad en España". Hacemos un recorrido por algunas provincias Españolas conociendo su gastronomía en esas fechas. El Precio del taller es de 80 euros.
- **Jornadas gastronómicas en Semana Santa** los días 26,27 y 28 de marzo.

DISEÑO Y FABRICACIÓN TEXTIL

Centro Comercial El Sauzal (segunda planta).

- **Diseño y fabricación de calzado artesanal: "de la idea al zapato".** Impartido por Laura Quintero Rodríguez, los martes y los jueves, de las 18.00 a las 20.30 horas.

En septiembre. Curso de Nivel I (veinte horas lectivas). El precio es de 90 euros. Maquinaria y herramientas básicas en la fabricación de calzado (descripción y manejo).Diseño de calzado, patronaje de calzado y hormas.

En octubre. Curso de Nivel II (veinte horas lectivas). El precio es de 120 euros. Tallaje y escalado de calzado. Diseño de calzado (sandalias). Fabricación de sandalias, montaje y acabado.

En noviembre. Curso de Nivel III (veinte horas lectivas). El precio es de 120 euros. Tallaje y escalado de calzado. Diseño de calzado (modelo de salón). Fabricación de modelo de salón, montaje y acabado.

En diciembre. Curso de Nivel IV (veinte horas lectivas). El precio es de 120 euros. Tallaje y escalado de calzado. Diseño de calzado (bota). Fabricación de modelo de bota, montaje y acabado.

- **Diseño y fabricación de complementos de moda en piel y textil**. Impartido por Ana Fernández San Fiel y Laura Quintero Rodríguez, los martes y los jueves, de las 18.00 a las 20.30 horas.

En marzo y abril (veinte horas lectivas al mes). El precio es de 60 euros al mes. Patrón base, transformaciones, fabricación de bolsos y marroquinería.

● **Diseño textil: "recicla y customiza"** impartido por Ana Fernández San Fiel, los lunes, miércoles y viernes de las 18.00 a las 20.30 horas.

En septiembre: **Customización prenda** (treinta horas lectivas). El precio es de 90 euros. Recicla y renueva tu ropa y complementos adaptándolos a tu personalidad haz de ellos un prenda única y exclusiva. Combinaremos Sesiones prácticas con alguna que otra teórica con estudio de diseñadores y diapositivas de trabajos que pueden inspirarnos. Trabajo de diseño y reconstrucción de prendas obsoletas.

En octubre: **Tejidos** (treinta horas lectivas). El precio es de 90 euros. Introducción teórico-práctica distintos tipos de tejidos. Construcción de patrón. Reciclaje tejidos. Preparación de piezas a confeccionar. Montaje y acabado.

En noviembre: **Adornos de Navidad** (veinte horas lectivas). El precio es de 90 euros. Taller Adornos de Navidad. Diseño / elección de tu idea. Fabricación de modelo de varios adornos. Montaje y acabado.

En diciembre: **Regalos de Navidad** (veinte horas lectivas). El precio es de 90 euros. Elaboración de bocetos y selección del material (prendas a trabajar). Elaboración de una o varias ideas (Vestidos, bolsos, muñecos, bisutería textil…).

En enero y febrero: **Prepara tu disfraz** (treinta horas lectivas al mes). El precio es de 90 euros por mes. Diseño orientado. Construcción de patrón. Preparación de piezas a confeccionar. Montaje y acabado.

En mayo: **Camisetas** (treinta horas lectivas). El precio es de 90 euros. Clase teórica sobre técnicas de impresión textil con diapositivas y ejemplos reales. Dibujar, pintar, bordar nuestra idea creando camisetas personalizadas.

En junio: **Crea tu propio blog** (treinta horas lectivas). El precio es de 90 euros. Clase teórica: Visita de blogs interesantes. Plantear, diseñar y crear nuestro blog.

ESTÉTICA

Cursos impartidos por Purificación Hernández, de septiembre a junio, en horario de mañana o tarde, en el Centro Comercial El Sauzal (segunda planta). El precio de todos los cursos al mes es de 10 euros para residentes y de 15 euros para no residentes, a excepción de los de henna y novia.

● **Acrílico esculpido con tips, sistema dual, sistema gel esculpido y con tips, método quick fly.** Diferentes tipos de técnicas (el alumno puede elegir el sistema que quiere aprender siempre que haya un grupo mínimo de 10 personas (quince horas cada sistema). Máximo diez personas por grupo.

● **Descubre la magia de la henna natural.** Historia, tradiciones y ciencia. Peligros de la henna negra. Práctica de elementos básicos y varios tipos de diseños paso a paso (seis horas de duración).
El precio al mes es de 15 euros.

● **Extensiones de pestañas** (ocho horas). Pelo a pelo o 3d y tinte de las mismas. Máximo seis alumnos por curso.

● **Manicura y pedicura** (quince horas cada sistema). Tratamientos de manos y pies, esmaltado semipermanente. Máximo diez alumnos por curso.

● **Maquillaje de primer nivel** (dieciséis horas lectivas). Cuidado de la piel, conocimiento de los productos y aplicación y manejo. Maquillaje social día, tarde y noche. Máximo de diez alumnos por curso.

● **Maquillaje de segundo nivel** (dieciséis horas lectivas). Maquillaje enfocado al mundo de fotografía, pasarela, visajismo, novias, etc. Máximo de diez alumnos por curso.

● **Novia y madrina** (treinta horas). Curso enfocado a todas aquellas profesionales que se encuentren inseguras a la hora de maquillar a una novia o simplemente querer actualizar sus conocimientos. Aprenderemos las últimas técnicas para ayudar a embellecer a los protagonistas de la ceremonia. Identificaremos el impacto de la luz en el maquillaje. Descubriremos qué materiales componen el equipo de maquillaje profesional. Saber corregir el rostro mediante técnicas de visagismo. Conocer los diferentes estilos de maquillaje nupcial. Conocer las novedosas técnicas de maquillaje en Alta definición. Un curso hecho a tu medida donde el factor tiempo es muy importante. La matrícula es de 15 euros residentes y 20 euros no residentes.

● **Técnicas de sombreados, visajismo de cejas y lifting pestañas y cejas** (ocho horas lectivas). Máximo 6 personas por curso

FOTOGRAFÍA

Cursos impartidos por Estefanía Acosta en el Centro Comercial El Sauzal (segunda planta), los jueves, de las 18.30 a las 20.30 horas. El precio de todos los cursos al mes es de 25 euros para residentes y de 30 euros para no residentes.

● **Búsqueda de la inspiración** (de enero a mayo). Mejorar las fotografías conociendo los distintos referentes de la imagen y creando mini proyectos personales. Los lunes desde las 18.00 a las 19.30 horas. Para conocer tu cámara y resolver esas dudas que tengamos al sacar una buena imagen.

● **Iniciación a la fotografía** (desde enero a marzo). Conocer las cámaras, modo manual, composición en fotografía y modos como el retrato, naturaleza,…Los miércoles desde las 18.00 a las 19.30 horas.

RADIO ECCA

● **Formación Básica, Graduado en Educación Secundaria (GES) y otros cursos.**
El Centro de Orientación estará ubicado en la Casa de la Juventud de Ravelo los jueves de las 9:30 a las 10:30 horas.

SALUD Y NUTRICIÓN

● **Manipulador de alimentos.** En el Centro Comercial El Sauzal y el Centro de Formación de Ravelo, tres días por determinar, en horario de tarde. El precio total es de 20 euros para residentes y de 25 euros para no residentes.

● **Somos lo que comemos, "Los alimentos nos dan mucho más que vida".** Curso impartido por Desirée Ramos Medina. Con este curso se pretende introducir a todas las personas en el apasionante mundo de la nutrición, ser conscientes de cómo los alimentos forman parte de nosotros y aprender a comer saludablemente. Cada módulo (tres horas lectivas) tiene un precio de 15 euros.

1. ¿Qué alimentos estamos comiendo que realmente nos están alimentando pero no nutriendo?
2. ¿Cómo puedo mejorar mi manera de alimentarme conociendo lo que beneficia a mi organismo?
3. ¿Cuáles son los alimentos beneficiosos para nuestro organismo, cuánto debemos consumir y como tenemos que hacerlo para lograr dieta equilibrada?
4. ¿Qué alimentos me pueden sanar y me aportan los nutrientes necesarios para una salud física adecuada?
5. ¿Cómo saber cuándo estoy comiendo alimentos vivos o muertos y porque?

FORMACIÓN CON GENERACIÓN 21

Cursos impartidos por la Asociación Canaria para la Potenciación del Desarrollo Social "Generación 21" en el Centro Comercial El Sauzal (segunda planta), dirigidos a empresarios/as, desempleados/as, autónomos/as, trabajadores/as o a público en general. El número mínimo de alumnos/as por curso es de 15 con un máximo de 20 excepto en el curso de actitud emprendedora que es de 10 con un máximo de 25. El/la alumno/a dispondrá de un manual con el contenido del curso y supuestos para realizar. Se certificará con un diploma acreditativo. El precio por alumno/a incluye formación y material.

● **Actitud emprendedora** (diez horas lectivas). En este curso se va a trabajar aspectos relacionados con el emprendedor, motivaciones, innovación, fuentes de financiación... El Precio es de 20 euros.

● **Alfabetización informática** (cuarenta horas lectivas). Introducción al concepto de Sistema Operativo. Primeros pasos con el ordenador. Teclado y ratón. Aplicaciones básicas. Windows. El Precio es de 20 euros.

● **Búsqueda de empleo en la red** (ochenta horas lectivas). Curso dirigido a realizar búsquedas eficaces. Curriculum en la red. Redes sociales , blog, web personal. El Precio es de 40 euros.

● **Como hacer un escandallo en hostelería** (diez horas lectivas).Taller práctico con el que aprender a gestionar económicamente un restaurante. El Precio es de 15 euros.

● **Contabilidad práctica para empresas** (ochenta horas lectivas). Curso para aprender contabilidad con un aplicativo de gestión contable. El Precio es de 120 euros.

● **Lengua de Signos** (sesenta horas lectivas). Curso para conocer el alfabeto dactilológico. Adquirir un léxico básico e iniciar una conversación. El Precio es de 40 euros.

● **Ley Orgánica de Protección de Datos** (veinticinco horas lectivas). Conocer el marco legal relativo a la protección de datos personales. El Precio es de 40 euros.

● **Nóminas y seguros sociales para empresas** (ochenta horas lectivas). Este curso muestra cómo elaborar las nóminas y los seguros sociales en una empresa. El Precio es de 120 euros.

● **Redes sociales en la empresa** (ochenta horas lectivas). El Precio es de 40 euros.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

En la Agencia de Empleo y Desarrollo Local del Ayuntamiento de El Sauzal, de lunes a viernes, de las 09.00 a las 13.00 horas, en el teléfono 922 570 000 ext. 130 o a en el correo electrónico: formacionyempleo@elsauzal.es. Sitio web: www.elsauzal.es.

FORMACIÓN CON AFILCA

La Asociación para la Formación e Inserción en Canarias (AFILCA), en colaboración con el Ayuntamiento de El Sauzal, imparten cursos gratuitos para desempleados y trabajadores, subvencionados por el Servicio Canario de Empleo y financiados por el Fondo Social Europeo. Se ofrecen, de lunes a viernes, en el Centro Comercial El Sauzal.

● **Actividades de gestión Administrativa** (810 horas lectivas).

● **Cuidados de manos y pies** (290 horas lectivas).

● **Gestión Contable y Gestión para Auditoría** (560 horas lectivas)

● **Inglés nivel A1** (150 horas lectivas).

● **Inglés nivel A2** (150 horas lectivas).

● **Inglés nivel B1** (250 horas lectivas).

● **Inglés nivel B2** (250 horas lectivas).

● **Peluquería** (600 horas lectivas).

● **Servicios Auxiliares de Estética** (250 horas lectivas).

● **Servicios Auxiliares de Peluquería** (220 horas lectivas).

● **Servicios Estéticos de Higiene, Depilación y Maquillaje** (600 horas lectivas).

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

De lunes a viernes, de las 09.00 a las 13.00 horas, en el teléfono 922 572 031.

FORMACIÓN EN AGRICULTURA

Cursos impartidos por la Oficina del Agricultor, en el Centro de Usos Múltiples en Ravelo, a los que se añadirán las acciones que desarrollará el Servicio de Extensión Agraria del Cabildo Insular de Tenerife en colaboración con el Ayuntamiento de El Sauzal.

- **Mantenimiento del suelo: Análisis y Enmiendas**
- **Instalaciones de riego**
- **Cuidados de la viña postvendimia**
- **El oidio en viña**
- **Legalización de bodegas**
- **Cultivo de la papa en ecológico**
- **El aguacate. Variedades y zonas de cultivo**
- **III Jornadas Técnicas de la manzana**

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

En la Oficina del Agricultor de Ravelo, en el teléfono 922 584 636.

COMPLEJO DEPORTIVO EL SAUZAL

- **Aeróbic.** Impartido por Ana María Calvo Martín, los lunes, miércoles y viernes, de las 09.00 a las 10.00 horas.
- **Funcional Training.** Impartido por On Move Fitness, los lunes, miércoles y viernes, de las 11.00 a las 12.00 y de 18.00 a las 19.00 horas.
- **GAP-Tonificación** (glúteos, abdominales y piernas). Impartido por On Move Fitness, los martes y jueves, de las 18.00 a las 19.00 horas.
- **Gimnasio Aparatos con Monitor.** Impartido por On Move Fitness. Lunes y miércoles, de las 09.00 a las 10.00, de las 12.00 a las 13.00, de las 16.00 a las 18.00 y de las 20.00 a las 21.30 horas. Martes y jueves, de las 20.00 a las 21.30 horas. Viernes, de las 09.00 a las 10.00, de las 12.00 a las 13.00 y de las 16.00 a las 18.00 horas.
- **Gimnasia Abdominal Hipopresiva.** Impartido por On Move Fitness, martes y jueves, de las 11.00 a las 12.00 horas.
- **Pilates**. Impartido por On Move Fitness, los martes y jueves, de las 10:00 a 11:00horas; 17.00 a las 18.00 y de las 19.00 a las 20.00 horas.
- **Spinning.** Impartido por On Move Fitness, los lunes, miércoles y viernes, de las 10.00 a las 11.00 y de las 19.00 a las 20.00 horas.
- **Squash.** Clases particulares, impartido por Francisco Goya Pérez, en horario a concretar.
- **Tenis.** Impartido por Adela, los lunes, de las 10.30 a las 12.00 horas, los martes y jueves, de las 16.00 a las 21.00 horas, los miércoles, de las 16.00 a las 19.45 horas, los viernes, de las 10.00 a las 11.30 horas, y los sábados, de las 09.00 a las 15.30 horas.
- **Zumba.** Impartido por Ana Alicia Álvarez Ávila, los martes, miércoles y jueves, de las 20.00 a las 21.00 horas.

TERRERO DE LUCHA DE EL CALVARIO "SANTIAGO CANINO PÉREZ"

- **Aikido.** Impartido por Carlos Ishana Pérez Peña, los lunes, martes y jueves de las 09.00 a las 10.00 y de las 20.00 a las 23.0 horas. Sitio web: www.dojokuubukan.es
- **Gigong del Ganso Salvaje.** Impartido por José Enrique Ramallo Sánchez, los lunes y miércoles, de las 17.00 a las 18.00 horas.
- **Gym Zen Do.** Impartido por Romualdo Miguel García Eugenio, los martes y jueves de 10:00 a 11:30 y los miércoles y viernes, de las 21.00 a las 23.00 horas.
- **Karate.** Impartido por Juan Carlos García Hernández, los martes y jueves, de las 17.00 a las 20.00 horas.
- **Meditación Tahoista.** Impartido por José Enrique Ramallo Sánchez, los viernes, de las 18.30 a las 20.00 horas.
- **Ninjutsu.** Impartido por Alfredo Palacios Pérez, los miércoles de las 19.00 a las 21.00 horas, y los viernes, de las 20.00 a las 21.00 horas.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

En la recepción del Complejo Deportivo El Sauzal, calle Olimpia, de lunes a domingo, de las 09.00 a las 22.00 horas, y en el teléfono 922 571 213. www.semusa.es.

COMPLEJO DEPORTIVO "PAULINO RIVERO BAUTE"

- **Badminton.** Impartido por el Club Badminton Sauzal, los martes, de las 16.00 a las 18.00 horas, y los jueves, de las 16.00 a las 19.00 horas.
- **Baloncesto.** Impartido por el Club Baloncesto Ravelo, los lunes, miércoles y viernes, de las 15.30 a las 19.00 horas.
- **Fútbol.** Impartido por la Sociedad Deportiva Ravelo, de lunes a viernes, de las 17.00 a las 22.00 horas.
- **Gimnasio Aparatos con Monitor.** Impartido por Gerant Montero Martín, de lunes a jueves, de las 17.30 a las 21.30 horas, y los viernes, de las 09.00 a las 13.00 horas.
- **Spinning.** Impartido por Zona Fitness, los lunes, miércoles y jueves, de las 19.45 a las 20.30 horas.
- **Step Dance.** Impartido por Zona Fitness, los lunes y miércoles, de las 18.45 a las 19.30 horas.
- **Volleyball.** Impartido por el Club Haris, los martes, de las 16.00 a las 18.00 horas, y los jueves, de las 16.00 a las 19.00 horas.
- **Work Out.** Impartido por Zona Fitness, los lunes y miércoles, de las 20.45 a las 21.30 horas, los martes y jueves, de las 18.45 a las 19.30 horas.
- **Zumba.** Impartido por Ana Alicia Álvarez Ávila, los lunes, miércoles y viernes de las 09.03 a las 10.30 horas.

CAMPO DE FÚTBOL LAS BREÑAS

- **Fútbol.** Impartido por el Club Deportivo Sauzal, de lunes a viernes, de las 17.00 a las 22.00 horas.

CENTRO CULTURAL EL SAUZAL
CENTRO DE USOS MÚLTIPLES DE RAVELO

- **Chi Kung.** Impartido por Manuel López en el Centro Cultural El Sauzal, de septiembre a julio, los viernes, de las 19.00 a las 20.00 horas. Gratuito.
- **Escuela de Ballet de El Sauzal.** Impartido por Sergio Pérez en el Centro Cultural El Sauzal; los martes y jueves, de las 17.30 a las 18.30 horas, para alumnos de tres a seis años de edad; de las 18.30 a las 19.30 horas para alumnos de siete a doce años de edad y de las 19.30 a las 21.00 horas para mayores de doce años. Los viernes, de las 17.00 a las 19.00 horas para mayores de doce años. El precio al mes es de 10 euros para residentes (a partir del segundo miembro de la familia se subvenciona en un cincuenta por cierto) y 15 euros para no residentes.
- **Escuela de Folclore de El Sauzal. Baile Canario.** En la parte alta de la Sala de Exposiciones, los lunes y miércoles, de las 18.30 a las 19.45 y de las 19.45 a las 21.00 horas. El precio al mes es de 15 euros para residentes (a partir del segundo miembro de la familia se subvenciona en un cincuenta por cierto) y 20 euros para no residentes.
- **Escuela de Folclore de El Sauzal. Cuerda.** Impartido por Lucas Rojas; en el Centro Cultural El Sauzal y en el Centro de Usos Múltiples de Ravelo, días y horas por determinar. El precio al mes es de 15 euros para residentes (a partir del segundo miembro de la familia se subvenciona en un cincuenta por cierto) y 20 euros para no residentes.
- **Escuela de Música de El Sauzal.** Agrupación Musical San Pedro. En el Centro Cultural El Sauzal, los martes, de las 20.30 a las 22.30 horas. Música y movimiento. En el Centro Cultural El Sauzal, los lunes y miércoles, de las 16.00 a las 17.30 horas. En el Centro de Usos Múltiples de Ravelo, los martes, de las 16.30 a las 17.30 horas. La cuota mensual es de 10 euros. Solfeo e instrumentación. En el Centro Cultural El Sauzal, los lunes, miércoles y viernes, de las 17.00 a las 19.00 horas. En el Centro de Usos Múltiples de Ravelo, los lunes y miércoles, de las 16.30 a las 17.30 horas. La cuota mensual es de 10 euros.
- **Escuela Insular de Teatro.** Impartido por Lorena Matute y Sulay Curbelo, de octubre a junio, los lunes, de las 17.30 a las 19.30 horas para alumnos de siete a once años de edad y de las 19.30 a las 21.30 horas para alumnos de doce a quince años de edad. Los miércoles, de las 20.00 a las 22.00 horas para adultos. El precio de la matrícula es de 3,20 euros y la cuota mensual es de 12,85 euros. Contacto: 922568600 Ext 131/158.
- **Metafísica Básica.** Impartido por María Hernández en el salón de Actos del Centro Cultural El Sauzal, de septiembre a junio, los lunes, de las 19.30 a las 21.00 horas. Gratuito.
- **Pilates y abdominales hipopresivos.** Impartido en el Centro Cultural El Sauzal por imparte Leticia Escobedo Delgado, los martes y jueves, a las 18.00 y a las 19.00 horas, miércoles y viernes, a las 10.00 horas. El precio para residentes es de 28 euros y para no residentes 35 euros. Más información en el 615 586 375.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

En la recepción del Complejo Deportivo Paulino Rivero Baute, calle San Cristóbal, de lunes a viernes, de las 09.00 a las 22.00 horas; los sábados, de las 09.00 a las 15.30 horas y en el teléfono 922 584 556. www.semusa.es.

- **Taichí.** Impartido en el Centro Cívico de San José, los lunes y miércoles, de las 18.30 a las 20.30 horas. Gratuito.
- **Yoga.** Impartido en el Centro Cultural El Sauzal por Libertad Vázquez Rojas, los martes y jueves, de las 19.30 a las 21.00 horas. El precio es de 35 euros, una vez por semana y de 50 euros, dos veces por semana.

CENTRO SOCIO CULTURAL "LUIS DIEGO CUSCOY"

Actividades de la Asociación de Vecinos La Carretera.

- **Calado.** Impartido por Teresa González, los lunes y miércoles, de las 17.00 a las 19.00 horas. Más información en horario de actividad
- **Pintura.** Impartido por Luis Eduardo Fierro, los martes en horario de mañana. Contacto: 636 683 116.
- **Kung Fu, Tai Chi, Chi kung**. Impartido por Lourdes Rodríguez Expósito, los martes y jueves, de 18.00 a 20.30 horas. Contacto: 626 940 355

PROMOCIÓN DEPORTIVA ESCOLAR

- **Campaña Municipal de Promoción Deportiva Escolar.** Ajedrez, Atletismo, Baloncesto, Deportes Autóctonos, Fútbol Sala y Lucha Canaria.

OTROS ESPACIOS DE USO PÚBLICO

- **Biblioteca Municipal.** En el Centro Cultural El Sauzal, de lunes a viernes, de las 17.00 a las 21.00 horas y los sábados de las 10.00 a las 14.00 horas.
- **Biblioteca de Ravelo.** En el I.E.S. Sabino Berthelot, de lunes a viernes, de las 16.00 a las 20.00 horas.
- **Sala de Estudios.** En el Centro Cultural El Sauzal, de lunes a viernes, de las 08.30 a las 14.30 y de las 16.00 a las 21.00 horas, y los sábados de las 10.00 a las 14.00 horas. En época de exámenes se suplementa el horario normal con los sábados de las 16.00 a las 21.00 horas y los domingos de las 10.00 a las 14.00 horas.

- **Casa de Juventud.** Espacio destinado al ocio y desarrollo del tiempo libre de los más jóvenes (de catorce a treinta años). Dicha instalación se encuentra equipada con material informático para disfrutar de las posibilidades que oferta la red de Internet, espacios para reuniones y una programación de actividades específica. La casa cuenta con el apoyo de un técnico responsable y su horario es, los martes y jueves, de las 16.00 a las 20.00 horas. Para consultar la programación de talleres y cursos contactar con el Área de Juventud.
- **Espacios Municipales para Ensayos, Reuniones y Actividades.** Previa solicitud al Ayuntamiento, se disponen de espacios para actividades en el Centro Cultural El Sauzal, el Centro de Usos Múltiples de Ravelo, la Sala de Exposiciones, la Sala La Pirámide, el Centro Cívico San José, el Centro Sociocultural de El Hayal, el Centro Sociocultural de El Calvario y el Centro Sociocultural "Luis Diego Cuscoy".
- **Telecentros.** Se cuenta con puntos de acceso público a Internet en el Centro Sociocultural "Luis Diego Cuscoy", el Centro Cívico San José, el Centro Sociocultural de El Hayal y en la Sociedad Cultural San Pedro.
- **Ludoteca.** En el C.E.I.P. Nuestra Señora de los Ángeles de Ravelo, de lunes a viernes, de las 15.00 a las 19.00 horas. El precio al mes es de 5 euros.

INFORMACIÓN

En el Ayuntamiento de El Sauzal, primera planta, en el teléfono 922 570 000, en la Agencia de Empleo y Desarrollo Local (ext. 130) y en Rentas (ext. 146).

El Sauzal
AYUNTAMIENTO

Gobierno de Canarias
Consejería de Educación,
Universidades y Sostenibilidad
Centro de Educación de Personas Adultas (CEPA)
Acentejo - Tacoronte

Cabildo de Tenerife

afilea af

Servicio Canario de Empleo
Gobierno de Canarias

Gobierno de España
Ministerio de Empleo y Seguridad Social

asemsa

ecca

Granadilla 21

semusa

Los horarios pueden estar sujetos a modificaciones.
La realización de los cursos está condicionada a la demanda existente. Plazas limitadas. Grupos reducidos.
No dejes de visitar nuestro sitio web, www.elsauzal.es, para tener actualizada nuestra oferta formativa.