

DANSA

BALLS DE SALÓ

1r Nivell: Divendres de 21.15 a 22.45h.

2n Nivell: Divendres de 20 a 21.30h.

3r Nivell: Divendres de 22.30 a 24h.

Preu: 67,16€ (10 sessions)
Data d'inici: 7 d'octubre
Tallerista: Jordi Villoro

Per ballar i divertir-se amb parella. Rock-and-roll, txa-txa-txa i molts més.



SEVILLANES

1r Nivell: Dimarts de 19 a 20h.

2n Nivell: Dimarts de 18 a 19h.

Preu: 35,09€ (10 sessions)
Data d'inici: 4 d'octubre
Tallerista: Claudia Ruiz

Aprèn a ballar els passos d'aquest ball andalús.

SWING SOLO

Dimecres de 20 a 21h.
Preu: 35,09€ (10 sessions)
Data d'inici: 5 d'octubre
Tallerista: El Temple del Swing Barcelona

Pels qui volen gaudir del swing sense haver de ballar amb una parella.

BOLLYWOOD

Dijous de 17 a 18.h.
Preu: 35,09€ (10 sessions)
Data d'inici: 6 d'octubre
Tallerista: M. Carmen Martínez

Endinsa't en aquesta dansa que barreja els balls clàssics i moderns indis amb diferents estils de ball.

ZUMBA

Opció A: Dilluns de 19.30 a 20.30h.
Opció B: Dilluns de 20.30 a 21.30h.
Tallerista: Loubna Ellayty

Opció C: Dimecres de 21 a 22h.
Tallerista: Vanessa García

Preu: 35,09€ (10 sessions)
Data d'inici: 3 i 5 d'octubre

Zumba és una fusió de ritmes llatins i internacionals amb passos de ball i exercicis de fitness fàcils de seguir.

DANSA DEL VENTRE

Opció A: Dilluns de 21.30 a 22.30h.
Preu: 35,09€ (10 sessions)
Data d'inici: 3 d'octubre
Tallerista: M. Carmen Martínez

Opció B: Dijous de 18 a 19.30h.
Preu: 52,64€ (10 sessions)
Data d'inici: 6 d'octubre
Tallerista: M. Carmen Martínez

Practicant la dansa més antiga i sensual posa't en forma, modela la teva figura i diverteix-te.



COS I MOVIMENT

PILATES

Opció A - nivell avançat: Dimarts de 20 a 21h. i Dijous de 19.30 a 20.30h.
Preu: 70,18€ (20 sessions)
Data d'inici: 4 d'octubre

Opció B: Dimarts de 21 a 22h.

Opció C - nivell bàsic: Dimecres de 15 a 16h.

Opció D - nivell bàsic: Dilluns de 15 a 16h.

Preu: 35,09€ (10 sessions)
Data d'inici: 3 - 4 - 5 d'octubre
Tallerista: Celia Alemán

Mètode que mitjançant el moviment controlat i fluid del cos ens posa en forma.

IMPORTANT: *No es poden matricular persones embarassades, amb problemes de cor, amb problemes d'hèrnia discal o amb altres problemes greus de columna.*



HIPOPRESSIUS

Dimarts de 8.30 a 9.30h.
Preu: 28,07€ (8 sessions)
Data d'inici: 4 d'octubre
Tallerista: Carlos Zarazúa

Exercicis que treballen la faixa abdominal proporcionant una millora postural i del sòl pelvià.

IMPORTANT: *No es poden matricular persones embarassades, amb problemes de cor, amb hipertensió, amb problemes d'hèrnia estomacal, abdominal o inguinal.*

GIMNÀSTICA

Opció A: Dilluns i Dimecres de 9 a 10h.

Opció B: Dilluns i Dimecres de 10 a 11h.

Opció C: Dilluns i Dimecres de 16.15 a 17.15h.

Preu: 61,49€ (21 sessions)
Data d'inici: 26 setembre
Tallerista: Maria Reina

Opció D: Divendres de 12.15 a 13.15h.
Preu: 32,21€ (11 sessions)
Data d'inici: 30 setembre
Tallerista: Maria Reina

Exercicis de reeducació. Reconeixement i Sosteniment de la columna.

IOGA

Opció A: Dimarts i Dijous de 9.30 a 11h.
Preu: 87,85€ (20 sessions)
Data d'inici: 4 d'octubre
Tallerista: Jennifer Segurana

Opció B: Dimecres de 18 a 19.45h.
Preu: 51,24€ (10 sessions)
Data d'inici: 5 d'octubre
Tallerista: Jennifer Segurana

El loga lyengar ens enforteix física i psíquicament, així com millora la nostra qualitat de vida.

IMPORTANT: *No es poden matricular persones embarassades, amb problemes de cor, amb problemes d'hèrnia discal o amb altres problemes greus de columna.*



ART I CREATIVITAT

AULA DE PINTURA

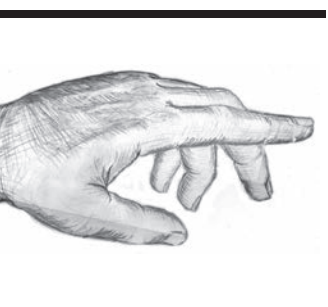
Opció A: Dilluns i dimecres de 19 a 21h.

Opció B: Dimarts i dijous de 16 a 18h.

Opció C: Dimarts i dijous de 19 a 21h.

Preu: 77,44€ (20 sessions)
Data d'inici: 3 - 4 d'octubre
Tallerista: Àngels Casas

Per tal de descobrir la realitat pictòrica, tot treballant la llum, el color, l'ombra,...



FOTOGRAFIA

FOTOGRAFIA DIGITAL NIVELL 1

Dimecres de 18.30 a 20h.
Preu: 63,52€ (10 sessions)
Data d'inici: 5 d'octubre
Tallerista: Charlie Pérez

Iniciació a la fotografia, coneix la teva càmera.

FOTOGRAFIA DIGITAL NIVELL 2

Dimarts de 18.30 a 20h.
Preu: 63,52€ (10 sessions)
Data d'inici: 4 d'octubre
Tallerista: Charlie Pérez

Curs pràctic de tècnica i revelat fotogràfic.



NO SÉ DIBUIXAR

Dimarts de 19.15 a 21.15h.
Preu: 28,07€ + 3€ per materials (4 sessions)
Data d'inici: 4 d'octubre
Tallerista: Sònia Esplugas

Tots sabem dibuixar. Perd la por davant el foli en blanc i torna a mirar el què t'envolta de forma creativa.

MÚSICA I CANT

GUITARRA

Dilluns de 19 a 20.30h.
Preu: 52,64€ (10 sessions)
Data d'inici: 3 d'octubre
Tallerista: Jose Baz

Aprèn tècniques bàsiques i modernes.



GOSPEL

Divendres de 18 a 19.30h.
Preu: 52,64€ (10 sessions)
Data d'inici: 7 d'octubre
Tallerista: Anna Ruggiero

Aquest taller ens introduirà, de manera lúdica i activa, en el món del cant en general i del gospel en concret, un estil originari del sud dels Estats Units que ofereix un gran ventall de ritmes i cançons de gran harmonia coral.

TALLERS FAMILIARS

CIRC EN FAMÍLIA

Dissabtes de 10.30 a 11.30h.
Preu: 28,07€ (8 sessions)
El preu és una quota familiar: 1 nen/a+ 1 adult
Data d'inici: 8 d'octubre
Tallerista: Matias Muñoz

Taller per a mares i pares amb fills i filles de 5 a 10 anys.
Exercicis per jugar i deixar-nos anar i també per aturar-nos i connectar amb la presència. Un espai de llibertat i respecte per compartir en família.

CUINA



CUINA DE MERCAT

Dimecres de 19 a 21h.
Preu: 58,56€ + 25€ per ingredients (10 sessions)
Data d'inici: 5 d'octubre
Tallerista: Gloria Imbernon

Cuina de mercat fàcil i per a sorprendre.

Flickr. Michael Caroe Andersen

N

N

H

MONOGRÀFICS

CUINA ÀRAB

N

Dilluns 10 d'octubre de 18 a 21h.
Preu: 10,52€ + 5€ per ingredients
Tallerista: Aina Mir

Aprendrem a fer varies receptes de la gastronomia àrab: tagine, cuscús de verdures, paté d'albergínies i algunes postres.



CUINA ASIÀTICA

N

Dilluns 17 d'octubre de 18 a 21h.
Preu: 10,52€ + 5€ per ingredients
Tallerista: Aina Mir

Descobreix algunes de les receptes més representatives dels països asiàtics: gyosas, pollastre teriyaki, sticky rice amb mango i algun curri.



POSTRES AMB XOCOLATA

N

Dilluns de 17.30 a 19h.
Data d'inici: 7 novembre (4 sessions)
Preu: 21,05€ + 9€ per ingredients
Tallerista: Aina Mir

Pels amants de la xocolata; aprendrem a fer una cobertura perfecta, cookies, un pastís sense farina, un coulant, unes catànies sense oblidar la gran estrella, la Sacher.



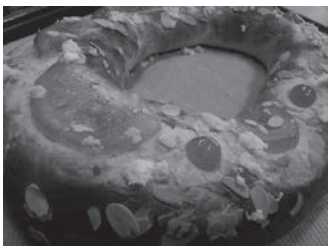
Flickr: Merlie ja Jbonias

DOLÇOS DE NADAL

N

Dijous 1 de desembre de 18 a 21h.
Preu: 10,52€ + 5€ per ingredients
Tallerista: Aina Mir

Aprendrem a fer aquells dolços que sempre comprem pels nostres convidats: tortell de reis, tronc de Nadal, mantegades i taronges confitades amb xocolata.



Flickr: Ratiel Miro



MAPA



ADREÇA

Centre Cívic Sant Martí
C/Selva de Mar, 215
08020, Barcelona
Tel. 93 256 57 60
Fax. 93 256 57 68

CONTACTA'NS

ccsantmarti@bcn.cat
ccivics.bcn.cat/santmarti
facebook.com/centrecivicsantmarti

Centre Cívic Sant Martí

TALLERS DE TARDOR 2016

De setembre a desembre de 2016

ELS TALLERS

Els tallers s'iniciaran a partir del 26 de setembre de 2016

COM INCRIURE'S

ONLINE:

Pots fer la teva inscripció online a través de la nostra web:
<http://ccivics.bcn.cat/santmarti>

Les inscripcions online començaran el *dillmecs 7 de setembre a les 9.00h*
*Els col·lectius amb preus reduïts han de fer la inscripció presencialment..

PRESENCIAL:

Dies: Del 7 al 21 de setembre.

Lloc: Es realitzaran a la 3ª planta del Centre Cívic.

Horari: de dilluns a divendres de 9 a 14h.
i dimarts i dijous de 16 a 20h.

Cal portar:

Totes les dades personals (nom, cognoms, data de naixement, DNI, adreça, població, codi postal, telèfon, e-mail).

També es poden fer inscripcions a Barcelona Ticket Rambla al Palau de la Virreina de dilluns a diumenge de 10 a 20.30 h

NORMATIVA

* Els tallers són per a majors de 18 anys, a excepció d'aquells que s'indica específicament la franja d'edat.

* Cada persona podrà fer un màxim de 3 inscripcions (inclosa la pròpia).

* No es reserva plaça per telèfon ni per correu electrònic.

* Alguns tallers o monogràfics tenen suplementos per material o ingredients, informa't abans de fer la inscripció.

* **Pagament en inscripció presencial:** es podrà fer amb targeta en el moment de la inscripció. També es podrà fer per transferència, o per ingrés bancari en qualsevol oficina del BBVA.

* En el cas de què no es pagui amb targeta, la inscripció no es considerarà formalitzada fins que no es faci arribar el resguard de pagament bancari o transferència a la secretaria del centre, en un termini màxim de tres dies.

* El Centre Cívic es reserva el dret de suspendre algun taller que no hagi assolit un mínim de participants.

* Un cop iniciats els tallers no es retornaran els diners, ni es guardarà plaça per a un altre trimestre.

Més info:

ccivics.bcn.cat/santmarti



H NOU HORARI

N NOU TALLER O MONOGRÀFIC

Districte de
Sant Martí

Ajuntament de
Barcelona



Imatge Portada: Centre Cívic Sant Martí