

Centre Cívic Sant Martí

PROGRAMACIÓ TALLERS DE PRIMAVERA

D'abril a juny de 2024

Sant Martí



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
Sant Martí

ART I CREATIVITAT

AULA DE PINTURA

Grup A

Di. i Dc. de 16 a 18 h // 18 sessions

Dates: del 8 d'abril al 12 de juny
(excepte l'1 i el 20 de maig)

Grup C

Dm. i Dj. de 16 a 18 h // 18 sessions

Dates: del 9 d'abril al 6 de juny

Grup B

Di. i Dc. de 18.30 a 20.30 h // 18 sessions

Dates: del 8 d'abril al 12 de juny
(excepte l'1 i el 20 de maig)

Grup D

Dm. i Dj. de 18.30 a 20.30 h // 18 sessions

Dates: del 9 d'abril al 6 de juny

Preu per cada taller: 71.44 €

Impartit per **Virginia Zimanás**

Un espai on aprendre a pintar des de zero i, si ja pintes, vine a millorar la teva tècnica.

APRENDRE A FER RETRATS

Dv. de 10.30 a 12.30 h // 10 sessions

Dates: del 12 d'abril al 14 de juny

Preu: 39.79 €

Impartit per **Virginia Zimanás**

Un taller per començar a fer retrats posant el focus en l'entrenament i l'observació.

LETTERING

Dj. 18 a 19.30 // 5 sessions

Dates: del 2 al 30 de maig

Preu: 33.64 € + 15 € de suplement

Impartit per **Cristina Garcia**

Aprendrem a escriure bonic, dotar les lletres de personalitat: l'art d'escriure lletres boniques.



HISTÒRIA

HISTÒRIA DEL BARRI. AVANÇAT



Dv. de 10 a 13 h // 10 sessions

Dates: del 12 d'abril al 14 de junyç

Impartit per **José Ángel Borlán**, SOCIETAT D'ESTVDIS DE LA VERNEDA DE SANT MARTÍ (SELAV)

Grup de recerca i investigació al voltant de la història de La Verneda de Sant Martí.

**Per aquest taller cal que s'hagi cursat el nivell inicial i el nivell intermedi.*

COMPETÈNCIES DIGITALS



INFORMÀTICA i MOBIL (mòdul 3)



Grup A

Dc. de 17 a 18.30 h

Grup B

Dc.de 18.30 a 20 h

9 sessions

Dates: del 10 d'abril al 12 de juny (excepte l'1 de maig)

Impartit per **Maria Martínez**

Continuarem exercitant la navegació per internet, aprendrem a fer servir el PowerPoint i el Google Calendar. Les classes són practiques i treballem amb documents en el núvol de Google.

PLANTES CATALANES, OLIS ESSENCIALS I RECEPTES ANTIMOSQUITS

DI. de 17 a 19 h // 4 sessions

Dates: del 15 d'abril al 6 de maig

Preu: 35.91 € + 12 € per materials

Impartit per **ZeroWaste**

Continuarem coneixent diferents plantes i aprendrem a distingir-les a nivell botànic. A més, farem una introducció als olis essencials i aprendrem diferents mètodes per mantenir els mosquits lluny.



JOVES

COS i MENT: IOGA

G

Dm. de 17.30 a 18.30 h // 10 sessions

Dates: del 9 d'abril a l'11 de juny

Impartit per **Ioga Sense Fronteres**

Per joves a partir de 12 anys.

Una eina molt eficaç per desenvolupar i profunditzar en l'autoconeixement a través de la connexió entre cos i ment.

ART i CREATIVITAT: ESPAI NOU COLOR

G

Dv. de 18 a 19.30 h. // 8 sessions

Dates: del 12 d'abril al 31 de maig

Impartit per **Virginia Zimanás**

Per joves a partir de 12 anys.

Un espai perquè puguis desenvolupar el teu art, aprendre i experimentar tècniques de dibuix i pintura.

EN FAMÍLIA

COS i MENT: IOGA

N

Dc. de 17.15 a 18.15 h // 6 sessions

Dates: del 17 d'abril al 29 de maig (excepte l'1 de maig)

Preu per unitat familiar: 26.93 €

Impartit per **Mònica Rota**

Per infant d'entre 3 i 6 anys acompanyat d'una persona adulta.

Introduirem el ioga a través de jocs, contes, cançons, viatges imaginaris i no menys important, aprendrem a respirar i a relaxar-nos.

BARRETES ENERGÈTIQUES I TRUFES

N

Dv. de 17.30 h a 19h // 1 sessió

Data: 12 d'abril

Impartit per **ZeroWaste**

Per a infants a partir dels 5 anys acompanyats d'una persona adulta.

Farem barretes plenes d'energia, i trufes delicioses que encantaran a petits/es i grans.

Apte per a persones veganes.

COS I MOVIMENT

Cal portar màrfega i tovallola.

SALUT DEL SOL PELVIÀ i MINDFULNESS

DI. de 18 a 19 h // 9 sessions

Dates: del 8 d'abril al 10 de juny (excepte 20 de maig)

Preu: 40.40 €

Impartit per **Gladys Echeverri**

A partir de diferents exercicis treballarem la faixa abdominal i el sòl pelvià.

TONO-GAC

DI. de 19.15 a 20.15 h // 9 sessions

Dates: del 8 d'abril al 10 de juny (excepte 20 de maig)

Preu: 40.40 €

Impartit per **Gladys Echeverri**

Gimnàstica de manteniment on treballarem el tren inferior del cos: glutis, abdominals, cames i el superior per tonificar els braços, l'esquena i la cintura.

PILATES

Grup A

DI. de 20.30 a 21.30 h // 9 sessions

Dates: del 8 d'abril al 10 de juny
(excepte 20 de maig)

Impartit per **Gladys Echeverri**

Grup B

Dm. de 20.15 a 21.15 h // 9 sessions

Dates: del 9 d'abril al 4 de juny

Preu per cada taller: 40.40 €

Treball dels músculs anomenats posturals per tonificar-los, reforçarem la musculatura i augmentarem el control, la força i la flexibilitat del nostre cos.

TAI-TXI

Grup A

DI. de 18 a 19.30 h // 9 sessions

Dates: del 8 d'abril al 10 de juny
(excepte el 20 de maig)

Preu: 60.60 €

Impartit per **Alícia López**

Grup B

Dv. de 10 a 11.30 h // 10 sessions

Dates: del 12 d'abril al 14 de juny

Preu: 67.34 €

Disciplina de naturalesa marcial i origen xinès a partir de la qual realitzarem moviments encadenats de manera coordinada, lenta, suau i precisa.

COS I MOVIMENT

TAI-TXI AL PARC

Dc. i Dv. de 10 a 11.30 h // 4 sessions

Dates: del 26 de juny al 5 de juliol

Preu: 22.45 €

Impartit per **Alícia López**

Pràctica a l'aire lliure aquesta disciplina d'origen xinès, amb la qual guanyaràs equilibri, flexibilitat i a més reduiràs l'estrès. Connecta amb el teu cos al parc de Sant Martí!

HATHA IOGA

Dm. i Dj. de 9 a 10 h // 20 sessions

Dates: del 9 d'abril al 13 de juny

Preu: 89.78 €

Impartit per **Carmen Chito**

Disciplina d'origen hindú coneguda per les seves asanas o postures corporals, que donen fermesa i elasticitat als músculs.

VINYASA IOGA

Dc. de 18.30 a 19.30 h. // 9 sessions

Dates: del 10 d'abril al 12 de juny (excepte l'1 de maig)

Preu: 40.40 €

Impartit per **Mònica Rota**

Estil de loga actiu on les postures flueixen a ritme de la respiració, per a crear seqüències dinàmiques.

GIMNÀSTICA

Grup A

DI. i Dc. de 9 a 10 h

18 sessions

Preu per cada taller: 61.86 €

Dates: del 8 d'abril al 12 de juny (excepte l'1 i el 20 de maig)

Impartit per **Beatriz Fernández**

Grup B

DI. i Dc. de 10.15 a 11.15 h

Pràctica regular de diferents exercicis i moviments dinàmics aconseguirem una major consciència corporal i control muscular pel benestar general.

COS I MOVIMENT

MEDITACIÓ I RELAXACIÓ

Dv. de 9 a 10 h. // 10 sessions

Preu: 44.89 €

Dates: del 12 d'abril al 14 de juny

Impartit per **Beatriz Fernández**

Introducció a la meditació, pràctica que ens ajudarà a tenir més espai i pau interior per a gestionar les nostres experiències amb calma i positivitat.

DANSA

BOLLYBLAST

Dj. de 18.15 a 19.15 h // 10 sessions

Dates: de l'11 d'abril al 13 de juny

Preu: 44.89 €

Impartit per **Polly Casson**

Ballarem ritmes de Bollywood amb l'estil de zumba.

Combinarem l'energia del Bollywood i de l'aeròbic amb els detalls més bonics de les danses de l'Índia.

ZUMBA

Dj. de 19.20 a 20.20 h // 10 sessions

Dates: de l'11 d'abril al 13 de juny

Preu: 44.89 €

Impartit per **Alocubano**

Rutines que combinen ritmes ràpids i lents amb exercicis de resistència i tonificació.

SEVILLANES

Iniciació

Dm. de 18 a 19 h // 10 sessions

Dates: del 9 d'abril a l'11 de juny

Preu per cada taller: 44.89 €

Aprendrem les 4 sevillanes treballant el compàs i lletres per entendre les seves cobles.

Avançat

Dm. de 19 a 20 h // 10 sessions

Dates: del 9 d'abril a l'11 de juny

Tallers impartits per **Isabel Rivera**

Per aprendre a ballar-les en diferents formats: en rotllana, amb parella i amb coreografies.

DANSA

SALSA

Iniciació

Dc. de 20.45 a 21.45 h // 9 sessions

Dates: del 10 d'abril al 12 de juny
(excepte l'1 de maig)

Preu per cada taller: 40.40 €

Treballarem aquest ritme a partir de moviments per desenvolupar la connexió entre la música i els moviments.

Nivell 2

Dc. de 19.45 a 20.45 h // 9 sessions

Dates: del d'abril al 12 de juny
(excepte l'1 de maig)

Tallers impartits per **Alocubano**

Per aquest taller s'han de tenir coneixements previs de salsa, havent cursat el taller d'iniciació dels trimes-tres passats.

CUINA I GASTRONOMIA

Cal portar davantal i drap de cuina i el cabell recollit.

CUINA PER A CONVIDAR

Di. de 18.30 a 20.30 h // 8 sessions

Dates: del 8 d'abril al 3 de juny (excepte el 20 de maig)

Preu: 54.98 € + 22 d'ingredients

Impartit per **Carmeta Comas**

Plats que no deixaran indiferents els vostres convidats, receptes amb productes de temporada, fàcils i sorprenents. En finalitzar farem un tastet de germanor.

ART I CREATIVITAT

FILANT. BRODAT CREATIU

Dm. de 18 a 20 h // 5 sessions

Dates: del 9 d'abril al 7 de maig

Preu: 44.89 € + 5 € de materials

Impartit per **Alejandra Moschini**

Treballarem a partir d'una idea (poesia, música, frases, jocs) per començar un procés creatiu i incentivar la utilització d'altres materials i tècniques per integrar-les al brodat.

ART I CREATIVITAT



BRODAT DE POSTALS

Dm. de 18 a 20 h // 5 sessions

Dates: del 21 de maig al 18 de juny

Preu: 44.89 € + 5 € de materials

Impartit per **Alejandra Moschini**

Partim de la imatge d'un paisatge per transformar-la en una imatge pròpia brodada sobre tela. Cal tenir coneixement dels punts bàsics de brodat.

INICIACIÓ A L'AQUAREL·LA

Dc. de 9 a 11 h // 9 sessions

Dates: del 10 d'abril al 12 de juny (excepte l'1 de maig)

Preu: 35.72 €

Impartit per **Juan Antonio López Agüero**

Familiaritza't amb una sèrie d'exercicis pràctics i senzills per a aconseguir les teves primeres obres en aquarel·la. No fa falta experiència prèvia.

AQUAREL·LA INTERMEDI

Dc. d'11.30 a 13.30 h // 9 sessions

Dates: del 10 d'abril al 12 de juny (excepte l'1 de maig)

Preu: 35.72 €

Impartit per **Juan Antonio López Agüero**

Continuarem explorant les diverses maneres d'aplicar les aquarel·les, potenciant al màxim les seves qualitats i característiques plàstiques a través d'exercicis.

ART I CREATIVITAT

AULA OBERTA D'AQUAREL·LA

Dm. de 10.30 a 12.30 h // 9 sessions

Dates: del 9 d'abril al 4 de juny

Preu: 35.72 €

Impartit per **Juan Antonio López Agüero**

Espai creatiu per a persones coneixedores de la tècnica. Potenciarem al màxim les nostres qualitats artístiques en la recerca d'un llenguatge personal.

INICIACIÓ A L'URBAN SKECTHING

Dc. de 18 a 19.30 hh // 6 sessions

Dates: del 8 de maig al 12 de juny

Preu: 40.40 €

Impartit per **Juan Antonio López Agüero**

Explorarem l'aplicació del llapis i retoladors potenciant en una sèrie d'exercicis pràctics i senzills per aconseguir els teus primers paisatges urbans.

CERÀMICA

Dj. de 19 a 21 h // 9 sessions

Dates: de l'11 d'abril al 6 de juny

Preu: 80.80 € + 15 € per materials

Impartit per **Núria Vela**

Faràs les teves pròpies peces de ceràmica: disseny de la peça, aprenentatge de tècnica de modelatge i decoració. També envernissaràs les teves peces a l'última sessió en un taller de ceràmica professional.



INSCRIPCIONS

Inici dels tallers: a partir del 8 d'abril de 2024

Inscripcions en línia: a partir del 14 de març, a les 10 h.

A través de la web santmarti.inscripcionscc.com

Inscripcions presencials: a partir del 14 de març, a les 9.30 h.

Horari: De dilluns a divendres de 9.30 a 14 h i de 16 a 20.30 h.



Curs nou



Curs gratuït

EXTRACTE DE LA NORMATIVA DE TALLERS

- Alguns tallers requereixen material complementari. El suplement s'haurà de pagar en efectiu el primer dia de classe.
- Un cop iniciat el taller no es retornaran els diners, exceptuant per causes de salut aportant un justificant mèdic que ho acrediti.
- El centre es reserva el dret a canviar el professorat, el calendari de les sessions i l'horari. Així com a suspendre qualsevol taller que no hagi assolit un mínim d'inscripcions.

Per més informació, posa't en contacte amb nosaltres: administracio@ccsantmarti.net

ADREÇA

Centre Cívic Sant Martí
C/ de la Selva de mar, 215

HORARIS

De dl. a dv. de 9 a 14 i de 16 a 22h
Dissabtes de 9 a 14h



L-2
BAC DE RODA

RAMBLA DE GUIPUSCOA



H10 - 33
B24 - N8

L-2
SANT MARTÍ



H10 - 33
B24 - N8

CENTRE
CÍVIC
SANT
MARTÍ

V29

SELVA DE MAR



PROGRAMACIÓ
TALLERS

CONCILI DE TRENTO

PLAÇA
ANGELETA
FERRER

AUDITORI
SANT
MARTÍ

Districte de
Sant Martí
@Bcn_SantMartí

☎ 93 256 57 60
f @Centrecivicsantmarti
@ccsantmarti
✉ informacio@ccsantmarti.net
🌐 barcelona.cat/ccsantmarti

Metro L2: Bac de Roda, Sant Martí **Bus:** H10, 33, V29, B24

D: quimdiaz.net