

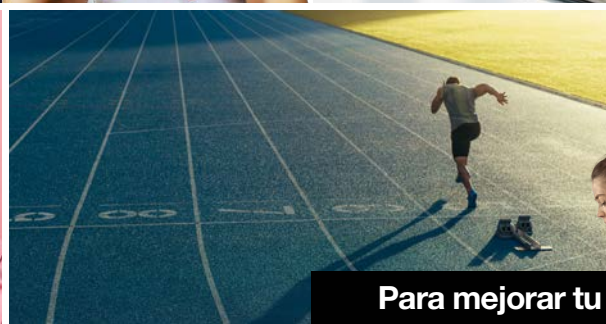
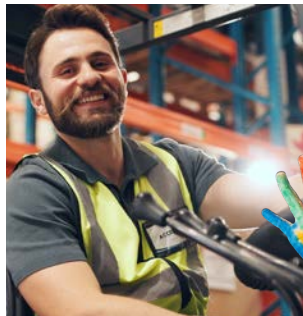


Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

cursosytalleres

2026/2027

EMPLEO UNED ESCUELA DE ADULTOS LA CAJA DEL ARTE CULTURA VOLUNTARIADO DEPORTE IGUALDAD EDUCACIÓN E INFANCIA MAYORES JUVENTUD



Para mejorar tu formación y tu ocio



índice

06 EMPLEO

- 07 Cursos de formación para el empleo
- 08 XII edición Escuela Virtual de Formación
- 14 Talleres y herramientas sociales

16 UNED

- 18 Grado en Administración y Dirección de Empresas
- 19 Grado en Derecho

20 ESCUELA DE ADULTOS

- 21 Cursos para adultos

22 LA CAJA DEL ARTE

- 23 Escuela de Música
- 24 Escuela de Danza
- 25 Escuela de Teatro
- 26 Escuela de Circo

28 CULTURA

- 31 La Caja del Arte
- 33 Casa de la Cultura
- 37 Centro Cultural El Parque
- 40 Centro Cultural Rafael Alberti
- 42 Centro Cultural Las Fronteras

44 VOLUNTARIADO

- 45 Cursos específicos de formación de voluntariado

46 DEPORTE

- 48 Clases colectivas
- 55 Deportes individuales
- 60 Deportes de equipo
- 63 Natación
- 69 Actividades acuáticas
- 72 Competiciones deportivas municipales
- 73 Actividad física integral
- 74 Abono deportivo municipal
- 75 Tarjeta Fitness

76 IGUALDAD

- 79 Cursos anuales
- 79 Programa de Talleres
- 81 Espacio Empleo
- 82 Jornadas de promoción para la salud

84 JUVENTUD

- 87 Cursos anuales
- 88 Programa de actividades y salidas

89 EDUCACIÓN E INFANCIA

- 91 Bebetecas, Ludotecas y Pequeteca

93 MAYORES

- 96 Talleres gratuitos en Centros de Mayores
- 97 Cursos anuales

estimado/a vecino/a:



Alejandro
Navarro Prieto
Alcalde

Después de un merecido descanso veraniego volvemos a la rutina. Y no hay mejor forma de romperla, que empezar nuevos proyectos personales, como puede ser empezar una nueva práctica deportiva para mantenerte en forma, adquirir nuevos conocimientos profesionales o compartir formación con personas que tengan tus mismos gustos e intereses. **Todo esto y muchas más posibilidades son las que encontrarás en las páginas de esta publicación,** que resume el importante esfuerzo que realizamos desde el Ayuntamiento para ofrecerte una programación de cursos y talleres siempre viva, que se adapta a los nuevos retos formativos, gustos y aficiones.

A nivel de formación, este curso marca un hito histórico, al convertirse Torrejón en ciudad universitaria, al entrar en pleno rendimiento los dos campus que alberga nuestra localidad: Campus Torrejón de la Universidad de Alcalá y el Campus de Madrid UCAM-Comité Olímpico Español. El primero abre sus puertas con una oferta inicial compuesta por los grados en Fisioterapia y Enfermería, además del Máster en Aplicaciones de la Inteligencia Artificial a la Industria y Comunicaciones y la Universidad de Mayores, esta última con una programación específica, y el segundo con los grados en Enfermería, Fisioterapia, Psicología y Nutrición Humana y Dietética, además del doble grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Nutrición Humana y Dietética.

Completa la formación universitaria en Torrejón el Centro Asociado UNED-MADRID Torrejón de Ardoz, que viene realizando una extraordinaria labor desde 2011. Este año la principal novedad es que se crea el nuevo Grado en Criminología, impartándose los dos primeros cursos de este, que se suma al Grado completo en Derecho, formado por sus 4 cursos. También se consolidan iniciativas como UNED Senior (para mayores de 55 años), con cursos de Historia del Arte y Literatura, el Centro Universitario de Idiomas Digital y a Distancia (CUID), que ofrece cursos de inglés en diferentes niveles. No quisiera olvidarme de la labor educativa que desde hace años realiza la Escuela de Adultos en nuestra ciudad, encaminada a la obtención del título de la ESO.

Otro de los pilares de nuestra actividad formativa es la enfocada directamente al mercado laboral. La Escuela Virtual de Formación cumple ya su décima tercera edición y amplia su catálogo para llegar a los 375 cursos que cubren una gran variedad de ámbitos profesionales: diseño, idiomas, adminis-

ESPERO QUE ENCUENTRES EN ESTAS PÁGINAS AQUELLO QUE BUSCAS, SEGURO QUE HAY ESE CURSO O TALLER PARA MEJORAR TU FORMACIÓN O CRECER A NIVEL CULTURAL O DEPORTIVO QUE ESTABAS DESEANDO HACER.

tración y oficinas, industrial, legislación, prevención, calidad y medio ambiente, recursos humanos, programación... Esta formación on line permite a los profesionales en activo mejorar su currículum de forma cómoda y, por lo tanto, ampliar el abanico del mercado laboral al que dirigirte. Cursos sólo para empadronados en Torrejón de Ardoz que se complementan con la oferta formativa de cursos presenciales dirigidos especialmente para desempleados y talleres para adquirir conocimientos en nuevos nichos de empleo. En total hablamos de 388 cursos para mejorar la formación para el empleo, una muestra de la importancia que tiene para este Gobierno local ofrecer a sus ciudadanos herramientas para conseguir un trabajo o mejorar el que ya tienen.

En materia deportiva, siempre adaptamos nuestra oferta a nuevas prácticas que surgen e intentamos atender la demanda de plazas existentes. Tanto si quieres empezar a practicar alguna disciplina deportiva, como si eres de aquellos que se toma muy en serio el ejercicio físico, en las actividades que organiza la Concejalía de Deportes encontrarás tu sitio. Existe una amplia variedad de posibilidades deportivas, tanto en agua como en seco, adaptadas desde los más pequeños a los más mayores.

Si tienes una afición cultural, tenemos el curso que te interesa. El Centro de Artes Escénicas-La Caja del Arte junto a los centros culturales son los auténticos artífices del latido cultural de Torrejón de Ardoz. Cada curso pasan por las aulas de La Caja del Arte miles de alumnos ilusionados en adquirir nuevos conocimientos de las disciplinas de música, danza, teatro y circo. A estos se suman otros tantos más que acuden a los centros culturales para recibir formación sobre sus pasiones o aficiones, porque cada año hay nuevas cosas por aprender.

Compartir aficiones comunes, una auténtica experiencia. Poder interactuar con aquellos que comparten tus intereses culturales y formativos abre un mundo de posibilidades que permite socializar e intercambiar experiencias. Por este motivo, se crea una oferta especialmente preparada para determinados colectivos, como Mujer, Juventud, Infancia, Voluntariado y Mayores, con la que se pretende satisfacer sus diferentes inquietudes y relacionarse con personas que las compartan.



UCAM
UNIVERSIDAD



TORREJ CIUDAD UNI

CAMPUS DE MADRID UCAM-COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL

La nueva sede, ubicada en Torrejón de Ardoz, abre sus aulas este mes de septiembre con una oferta inicial formada por los grados en Enfermería, Fisioterapia, Psicología y Nutrición Humana y Dietética, además del doble grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Nutrición Humana y Dietética.

Con más de 11.500 metros cuadrados distribuidos en dos edificios, el campus cuenta con laboratorios, salas de simulación, aulas especializadas y espacios pensados para una formación eminentemente práctica. Todo ello reproduce el modelo educativo que distingue a la UCAM: grupos reducidos, atención personalizada, un elevado número de horas prácticas y un contacto continuo con el entorno profesional desde los primeros cursos.

> MÁS INFORMACIÓN

<https://www.ucam.edu/madrid>

UCAM-COE Universidad

Avenida de la Constitución, 190. 28850 Torrejón de Ardoz, Madrid

Tlf: (+34) 91 990 1234. info@ucam.edu

ÓN YA ES VERSITARIA.



Universidad
de Alcalá

CAMPUS TORREJÓN DE LA UNIVERSIDAD DE ALCALÁ

La Universidad de Alcalá es una institución moderna, reconocida en Europa y América como modelo a imitar. A los clásicos estudios humanistas y de ciencias sociales, la Universidad de Alcalá ha incorporado las más novedosas titulaciones en todos los campos científicos, como las Ciencias de la Salud o distintas ingenierías distribuidas en sus diversos campus.

El Campus Torrejón abre sus puertas en septiembre con una oferta inicial compuesta por los grados en Fisioterapia y Enfermería, además del Master en Aplicaciones de la Inteligencia Artificial a la Industria y Comunicaciones y la Universidad de Mayores, esta última con una programación específica.



> MÁS INFORMACIÓN

<https://www.uah.es/es/>

Campus Torrejón Universidad de Alcalá

Avenida de la Constitución, 236. 28850 Torrejón de Ardoz, Madrid

Tlf: (+34) 91 885 50 00. info@uah.es

| empleo



XIII EDICIÓN ESCUELA VIRTUAL DE FORMACIÓN

CURSOS DE FORMACIÓN ON LINE SIN TUTOR

INSCRIPCIONES ÚNICAMENTE A TRAVÉS DE LA WEB

- Cursos de formación **gratuitos** en modalidad de autoaprendizaje.
- Dirigidos a **personas empadronadas en Torrejón de Ardoz**, que tengan 16 años de edad o más y que posean correo electrónico.
- Los usuarios/as aptos en cada curso podrán descargar su diploma desde la plataforma de la escuela.
- La inscripción y el acceso a la plataforma virtual de formación se realizarán a través de la página web municipal (www.ayto-torreon.es) y de la bolsa de empleo (<https://bolsaempleo.ayto-torreon.es/>)

GUÍA ORIENTATIVA PARA INSCRIBIRSE

- 1º En cualquiera de las dos direcciones electrónicas anteriores, pinchando en el banner "Escuela Virtual de formación on line" será dirigido a una nueva página, donde:
- 2º Encontrará un botón azul que dice: "Acceso Escuela Virtual de Formación". Lo primero que tiene que hacer es registrarse, pinchando en Zona de Usuarios (arriba a la derecha), será dirigido a una nueva página, donde:

- 3º Le da la opción de IDENTIFICARSE, si ya se registró, o de REGISTRARSE, si no lo hizo con anterioridad. Deberá rellenar el formulario con sus datos personales y la contraseña elegida. Deberá leer y aceptar la política de privacidad de datos y pulsar en CREAR CUENTA.
- 4º Usted recibirá por nuestra parte un correo en el que se le indica que hemos recibido su petición de registro y que en breve procederemos a su activación, momento en el cual recibirá un correo confirmándole que ya tiene disponible su acceso.
- 5º El acceso a la escuela se puede realizar desde el enlace que ha recibido en el correo o volviendo a entrar en el Banner Acceso Escuela Virtual de Formación, identificándose con su correo y contraseña.
- 6º Luego puede matricularse hasta en dos cursos simultáneamente, para ello tiene un buscador para encontrar el curso de la temática que desee o bien, pinchando en INICIO, seleccionará el curso por sector. Elegido el curso, deberá pinchar en MÁS INFORMACIÓN, donde se le mostrará una breve descripción y podrá si lo desea pinchar en MATRICULARME.
- 7º Una vez pre-matriculado y con la posterior validación por parte del equipo de formación, podrá acceder a sus cursos en la zona personal (pulsando sobre tu nombre, arriba a la derecha) o haciendo clic en el enlace [Ir a mis cursos](#).

ESCUELA VIRTUAL DE FORMACIÓN: 375 CURSOS

CURSO	HORAS
ADMINISTRACIÓN Y OFICINAS	
1 ACTITUD EMPRENDEDORA Y OPORTUNIDADES DE NEGOCIO	50
2 ADMINISTRACIÓN Y GESTIÓN DE LAS COMUNICACIONES DE LA DIRECCIÓN	100
3 ANÁLISIS CONTABLE	50
4 ANÁLISIS CONTABLE Y FINANCIERO	50
5 ANÁLISIS DE DESVIACIONES EN CONTABILIDAD	15
6 ANÁLISIS DE LOS DIFERENTES MÉTODOS DE PRESUPUESTACIÓN	10
7 ANÁLISIS DEL SISTEMA FINANCIERO	20
8 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS ESTADOS FINANCIEROS CONTABLES	20
9 ANÁLISIS ECONÓMICO Y FINANCIERO DE LAS CUENTAS ANUALES	15
10 ANÁLISIS PORCENTUALES Y MEDIANTE RATIOS DE LOS ESTADOS CONTABLES	25
11 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE ADMINISTRACIÓN DE RECURSOS HUMANOS	50
12 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE ANÁLISIS CONTABLE Y PRESUPUESTOS	25
13 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE CONTABILIDAD	50
14 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE GESTIÓN FINANCIERO CONTABLE	25
15 ATENCIÓN AL CONTRIBUYENTE: PETICIONES, SUGERENCIAS, CONSULTAS, QUEJAS Y RECLAMACIONES	15
16 AUDITORÍA AMBIENTAL	50
17 BLOCKCHAIN: APLICACIONES EN EMPRESAS	30
18 CÁLCULO DE PRESTACIONES DE LA SEGURIDAD SOCIAL	50
19 CONTABILIDAD AVANZADA	50
20 CONTABILIDAD DE COSTES	50
21 CONTRATACIÓN DE PERSONAL	50
22 CONTRATACIÓN DE RECURSOS HUMANOS	20
23 CONTABILIDAD PREVISIONAL	50
24 CONTRATACIÓN LABORAL	50
25 CUENTAS ANUALES	15
26 DIPLOMACIA Y PROTOCOLO	50
27 DIRECCIÓN Y FINANZAS	50
28 EL CONTRATO DE SEGURO	20
29 EL CONTRATO DE TRABAJO	25
30 EL CONTRATO DE TRABAJO Y EL CÁLCULO DE LA NÓMINA	25
31 EL SISTEMA DE LA S.S. AFILIACIÓN Y COTIZACIÓN	25

CURSO	HORAS
32 ESCUCHA ACTIVA, EMPATÍA Y ASERTIVIDAD	10
33 ESTRATEGIAS DE MARKETING EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	25
34 FACTURACIÓN ON LINE	15
35 FINANCIACIÓN DE PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	25
36 FINANZAS PARA NO FINANCIEROS	50
37 GESTIÓN CONTABLE, FISCAL Y LABORAL EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	25
38 GESTIÓN DE AGENCIAS DE EMPLEO	50
39 GESTIÓN DE ARCHIVOS, PÚBLICOS Y PRIVADOS	25
40 GESTIÓN DE EVENTOS	50
41 GESTIÓN DE TESORERÍA EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	15
42 GESTIÓN DEL CORREO ELECTRÓNICO Y DE LA AGENDA	15
43 GESTIÓN FISCAL, CONTABLE Y LABORAL DEL PEQUEÑO COMERCIO	15
44 GESTIÓN Y CONTROL ADMINISTRATIVO DE LAS OPERACIONES DE CAJA	50
45 GESTIÓN Y CONTROL DE PRESUPUESTOS DE TESORERÍA	50
46 INTERNACIONALIZACIÓN EN LA EMPRESA	50
47 INTRODUCCIÓN A LA AUDITORÍA	15
48 LA COMUNICACIÓN ESCRITA	25
49 LA COMUNICACIÓN ORAL	25
50 LA MOTIVACIÓN EN LA EMPRESA	10
51 LA ORGANIZACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS	10
52 LA TEORÍA CONTABLE	10
53 LEGISLACIÓN BÁSICA DE APLICACIÓN EN LA RELACIÓN LABORAL	20
54 LOS ESTADOS CONTABLES	25
55 LOS LIBROS REGISTRO DE TESORERÍA	25
56 MEDIOS DE COBRO Y PAGO EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	25
57 MODIFICACIÓN, SUSPENSIÓN Y EXTINCIÓN DE LAS CONDICIONES DE TRABAJO	15
58 NOMINAPLUS	25
59 NORMATIVA LABORAL Y DE ORGANIZACIÓN DE LAS RELACIONES LABORALES EN LA EMPRESA	10
60 OPERACIONES DE CÁLCULO FINANCIERO Y COMERCIAL	15
61 ORATORIA Y CONSTRUCCIÓN DEL DISCURSO	50
62 ORGANIZACIÓN DE EVENTOS	15
63 ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO Y RECURSOS HUMANOS	10
64 PLAN DE EMPRESA	75

CURSO	HORAS
65 PLAN DE NEGOCIO DE LA MICROEMPRESA	15
66 PLANIFICACIÓN DE LA AUDITORÍA	50
67 PLANIFICACIÓN FINANCIERA	15
68 PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS DEL TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN EN LA EMPRESA. EL ARCHIVO	10
69 PROTOCOLO	50
70 RÉGIMEN FISCAL PARA EMPRESAS DE REDUCIDA DIMENSIÓN	15
71 SISTEMAS DE ARCHIVO Y CLASIFICACIÓN DE DOCUMENTOS	50
72 SISTEMAS DE RETRIBUCIÓN EN LA EMPRESA	50
COMERCIAL	
73 ACTITUD Y CAPACIDAD EMPRENDEDORA	10
74 ANÁLISIS DEL MACROENTORNO DEL MARKETING	15
75 ANÁLISIS DEL MICROENTORNO DEL MARKETING	10
76 ATENCIÓN AL CLIENTE EN EL PROCESO COMERCIAL	50
77 ATENCIÓN AL CLIENTE Y CALIDAD DEL SERVICIO	25
78 ATENCIÓN TELEFÓNICA	25
79 ATENCIÓN TELEFÓNICA A CLIENTES Y TRATAMIENTO DE SITUACIONES CONFLICTIVAS	40
80 ATENCIÓN Y FIDELIZACIÓN DE CLIENTES	50
81 ATENCIÓN Y GESTIÓN DE CONSULTAS, RECLAMACIONES Y QUEJAS EN CONSUMO	20
82 ATENCIÓN Y VENTA TELEFÓNICA	25
83 CONSTITUCIÓN JURÍDICA DEL PEQUEÑO NEGOCIO O MICROEMPRESA	10
84 CONTROL DE LA CALIDAD DEL SERVICIO DE QUEJAS Y RECLAMACIONES	15
85 DESIGN THINKING Y LEAN STARTUP	30
86 E-COMMERCE. APLICACIÓN Y DESARROLLO	25
87 ELABORACIÓN DE INFORMES COMERCIALES SOBRE LA VENTA	10
88 EL PROCESO DE VENTA	25
89 ESTRATEGIA DE FIDELIZACIÓN DE CLIENTES A TRAVÉS DE INTERNET	50
90 FUNDAMENTOS DE ATENCIÓN AL CLIENTE	35
91 GESTIÓN DE COMPRAS Y PROVEEDORES	50
92 GESTIÓN DE PEDIDOS Y STOCK	50
93 GESTIÓN DE STOCKS E INVENTARIOS	20
94 GESTIÓN DEL EQUIPO DE TRABAJO DEL ALMACÉN	30
95 GESTIÓN Y MANTENIMIENTO DE PÁGINAS WEB COMERCIALES	15
96 GROWTH MARKETING	15
97 INSTAGRAM MARKETING	15
98 INTERNET COMO CANAL DE VENTA	15
99 LA CALIDAD DEL SERVICIO DE ATENCIÓN AL CLIENTE	10
100 LA CALIDAD EN EL SERVICIO AL CLIENTE	25
101 LA COMUNICACIÓN COMERCIAL	25

CURSO	HORAS
102 LA GESTIÓN DEL MARKETING, PRODUCCIÓN Y CALIDAD EN LAS PYMES	25
103 LA INVESTIGACIÓN DE MERCADOS	10
104 MARCO ECONÓMICO DEL COMERCIO Y LA INTERMEDIACIÓN COMERCIAL	15
105 MARKETING DIGITAL Y COMUNICACIÓN EN LA WEB	15
106 MARKETING EN EL PUNTO DE VENTA	25
107 MARKETING EN FACEBOOK	15
108 MARKETING FINANCIERO Y RELACIONAL	25
109 MARKETING PARA PYMES	25
110 MARKETING Y PLAN DE NEGOCIO DE LA MICROEMPRESA	50
111 PLAN DE MARKETING Y ORGANIZACIÓN DE VENTAS	35
112 PLANIFICACIÓN DE MARKETING INTERNACIONAL	25
113 PLANIFICACIÓN ECONÓMICO-FINANCIERA PREVISIONAL DE LA ACTIVIDAD ECONÓMICA EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	10
114 PROYECTO Y VIABILIDAD DEL NEGOCIO O MICROEMPRESA	50
115 PUBLICACIÓN DE PÁGINAS WEB	30
116 SOCIAL SELLING	30
117 TÉCNICAS DE VENTA, CANALES Y SERVICIOS POSTVENTA	20
118 TÉCNICAS DE VENTAS TELEFÓNICAS EN TELEMARKETING	40
119 TIK TOK MARKETING	15
120 VENTA ONLINE	30
121 WHATSAPP BUSINESS	15
DISEÑO	
122 AUTOCAD AVANZADO 2016-2017	40
123 CREATIVIDAD CON IMÁGENES EN EL RETOQUE DIGITAL	15
124 DISEÑO BÁSICO DE PÁGINAS WEB	25
125 DISEÑO COMERCIAL DE PÁGINAS WEB	15
126 DISEÑO DEL ESPACIO EN LOS EDIFICIOS	20
127 FORMULARIOS EN LA CONSTRUCCIÓN DE PÁGINAS WEB	50
128 GESTIÓN DEL COLOR EN EL RETOQUE DIGITAL	25
129 INTERNET, REDES SOCIALES Y DISPOSITIVOS DIGITALES	30
130 INTERNET Y FUNDAMENTOS DE DISEÑO DE PÁGINAS WEB	30
131 PHOTOSHOP AVANZADO	40
132 PHOTOSHOP BÁSICO	40
133 TRATAMIENTO DE LA IMAGEN EN EL RETOQUE DIGITAL	25
134 TRATAMIENTO DIGITAL DE LA IMAGEN	20
135 WORDPRESS	30
IDIOMAS	
136 ALEMÁN. PREPARACIÓN DE EXAMEN A1	100
137 ALEMÁN. PREPARACIÓN DE EXAMEN A2	100
138 ALEMÁN. PREPARACIÓN DE EXAMEN B1	100
139 ATENCIÓN AL CLIENTE/CONSUMIDOR EN INGLÉS	35

CURSO	HORAS
140 ATENCIÓN TELEFÓNICA EN INGLÉS	25
141 FRANCÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN A1	100
142 FRANCÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN A2	100
143 FRANCÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN B1	100
144 INGLÉS A1 (1ª parte)	50
145 INGLÉS A1 (2ª parte)	60
146 INGLÉS A2 (1ª parte)	55
147 INGLÉS A2 (2ª parte)	55
148 INGLÉS AVANZADO	25
149 INGLÉS B1 (1ª parte)	50
150 INGLÉS B1 (2ª parte)	70
151 INGLÉS B2 (1ª parte)	60
152 INGLÉS B2 (2ª parte)	60
153 INGLÉS BÁSICO	50
154 INGLÉS EMPRESARIAL	100
155 INGLÉS ESENCIAL. PREGUNTAS FRECUENTES	25
156 INGLÉS MEDIO	25
157 INGLÉS PARA COMERCIO	75
158 INGLÉS PARA EL SECTOR DE COMERCIO	90
159 INGLÉS PARA HOSTELERÍA	75
160 INGLÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN A1	100
161 INGLÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN A2	100
162 INGLÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN B1	75
163 INGLÉS. PREPARACIÓN DE EXAMEN B2	75
164 ITALIANO. PREPARACIÓN DE EXAMEN A1	100
165 ITALIANO. PREPARACIÓN DE EXAMEN A2	100
166 ITALIANO. PREPARACIÓN DE EXAMEN B1	100
167 PRESENTACIONES COMERCIALES EN INGLÉS	25
INDUSTRIAL	
168 CALIFICACIÓN ENERGÉTICA DE LOS EDIFICIOS	75
169 CERTIFICACIÓN ENERGÉTICA DE LOS EDIFICIOS	20
170 CUALIFICACIÓN PARA CERTIFICADORES EN EFICIENCIA ENERGÉTICA DE EDIFICIOS EXISTENTES	25
171 DISEÑO EFICIENTE DE LAS INSTALACIONES DE CALEFACCIÓN Y ACS	10
172 DOCUMENTACIÓN TÉCNICA PARA EL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
173 EL PROCESO DE MONTAJE DE INSTALACIONES FRIGORÍFICAS	30
174 ELABORACIÓN DE PROTOCOLOS DE PRUEBAS FUNCIONALES Y DE SEGURIDAD PARA EL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS ELECTROTECNIA	20
175 ELEMENTOS Y COMPONENTES DE LOS EQUIPOS ELECTRÓNICOS	25

CURSO	HORAS
176 ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA	10
177 ENERGÍA SOLAR TÉRMICA Y ENERGÍA GEOTÉRMICA	50
178 ESTRUCTURA DEL MANTENIMIENTO PARA INSTALACIONES ELÉCTRICAS	10
179 GESTIÓN DEL APROVISIONAMIENTO PARA EL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	20
180 INSTALACIONES DE ENERGÍA SOLAR TÉRMICA	10
181 INTERPRETACIÓN DE ESQUEMAS DE MONTAJE DE EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS	15
182 INTERPRETACIÓN DE ESQUEMAS Y GUÍAS DE MANTENIMIENTO DE EQUIPOS ELECTRÓNICOS	15
183 INTERPRETACIÓN DE LA DOCUMENTACIÓN TÉCNICA DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
184 MANEJO Y CONDUCCIÓN DE LAS CARRETILLAS ELEVADORAS	10
185 MANTENIMIENTO EFICIENTE DE LAS INSTALACIONES DE SUMINISTRO DE AGUA Y SANEAMIENTO EN EDIFICIOS	50
186 MANTENIMIENTO Y MEJORA DE LAS INSTALACIONES EN LOS EDIFICIOS	75
187 MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS EN LAS OPERACIONES DE MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS DE INTERIOR EN EDIFICIOS DE VIVIENDA	25
188 MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS EN EDIFICIOS DE VIVIENDAS	30
189 NORMATIVA DE APLICACIÓN EN INSTALACIONES SOLARES	10
190 NORMATIVA DE EFICIENCIA ENERGÉTICA	15
191 ORGANIZACIÓN DE PROYECTOS DE OBRA O MONTAJE DE ELECTRIFICACIÓN	25
192 ORGANIZACIÓN DE PROYECTOS DE OBRA O MONTAJE PARA EL MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
193 ORGANIZACIÓN DEL MANTENIMIENTO EN INSTALACIONES ELÉCTRICAS	10
194 PLANIFICACIÓN DEL MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS TIPO	20
195 PLANIFICACIÓN DEL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS DE INTERIOR EN EDIFICIOS DE VIVIENDAS	30
196 PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DEL MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
197 PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DEL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	25
198 PROTOCOLOS EN TELECOMUNICACIONES	20
199 RECOGIDA DE RESIDUOS URBANOS O MUNICIPALES	10
200 REPRESENTACIÓN Y SIMBOLOGÍA DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	30
201 RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN EN LAS OPERACIONES AUXILIARES DE MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS	10
202 SERVICIOS DE TELEFONÍA	20
203 SISTEMAS DE CLIMATIZACIÓN	10

CURSO	HORAS
204 SUPERVISIÓN DEL MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS DE INTERIOR EN EDIFICIOS DE VIVIENDAS	30
205 TÉCNICAS DE MANTENIMIENTO DE EQUIPOS ELECTRÓNICOS	10
206 TÉCNICAS DE MONTAJE/DESMONTAJE DE EQUIPOS ELÉCTRICOS	20
207 TÉCNICAS DE MONTAJE/DESMONTAJE DE EQUIPOS ELECTRÓNICOS	15
INFORMÁTICA	
208 BLOCKCHAIN	15
209 CARACTERÍSTICAS DE ELEMENTOS DE HARDWARE INTERNOS DE LOS EQUIPOS MICROINFORMÁTICOS	25
210 CIBERSEGURIDAD PARA USUARIOS	10
211 CLOUD COMPUTING	30
212 CREACIÓN DE CONTENIDOS DIGITALES, MOBILE LEARNING, GAMIFICACIÓN	90
213 GESTIÓN DE INCIDENCIAS DE REDES TELEMÁTICAS	20
214 GOOGLE DRIVE	15
215 IMPLANTACIÓN DE UNA RED TELEMÁTICA	20
216 MANEJO DEL PROTOCOLO HTTP	10
217 MANTENIMIENTO DE EQUIPOS MICROINFORMÁTICOS	15
218 REDES DE ÁREA LOCAL (LAN)	25
219 SEGURIDAD DE DATOS	30
LEGISLACIÓN	
220 APLICACIÓN DE LA NORMATIVA AMBIENTAL	25
221 ASPECTOS ECONÓMICOS, LEGALES Y FISCALES DE LA GESTIÓN AMBIENTAL	50
222 ASPECTOS LEGALES EN ENTORNOS DIGITALES	50
223 COMPLIANCE	40
224 CONTRATACIÓN EN EL SECTOR PÚBLICO. LEY 9/2017, DE 8 DE NOVIEMBRE	25
225 EL IMPUESTO SOBRE EL VALOR AÑADIDO	20
226 EL IMPUESTO SOBRE LA RENTA DE LAS PERSONAS FÍSICAS (I.R.P.F.)	20
227 EL IMPUESTO SOBRE SOCIEDADES	15
228 EL PLAN GENERAL DE CONTABILIDAD (07)	10
229 GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y NORMATIVAS EN SISTEMAS INFORMÁTICOS	10
230 INTRODUCCIÓN A LA LEY GENERAL TRIBUTARIA	20
231 MARCO LEGAL. EFECTO Y MINIMIZACIÓN DE VERTIDOS	50
232 NORMATIVA LEGAL DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	10
233 PREVENCIÓN DE BLANQUEO DE CAPITAL	50
234 PROMOCIÓN DE LOS DERECHOS DE LOS CONSUMIDORES	25
235 PROTECCIÓN DE DATOS Y GARANTÍA DE LOS DERECHOS DIGITALES	50

CURSO	HORAS
OFIMÁTICA	
236 ACCESS 2016	100
237 ACCESS 2016 AVANZADO	40
238 APLICACIÓN DE HOJA DE CÁLCULO	30
239 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE BASES DE DATOS RELACIONALES	50
240 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE HOJAS DE CÁLCULO	50
241 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE TRATAMIENTO DE TEXTOS	50
242 APLICACIONES INFORMÁTICAS PARA PRESENTACIONES: GRÁFICAS DE INFORMACIÓN	50
243 AUTOCAD 2016-2017	75
244 CREACIÓN Y DISEÑO DE BASES DE DATOS	10
245 ELABORACIÓN DE DOCUMENTOS DE TEXTO	50
246 ELABORACIÓN DE HOJAS DE CÁLCULO	50
247 ELABORACIÓN DE PRESENTACIONES	50
248 ELABORACIÓN Y EDICIÓN DE PRESENTACIONES CON APLICACIONES INFORMÁTICAS	50
249 EXCEL 2016	75
250 EXCEL 2016 APLICADO A LA GESTIÓN EMPRESARIAL	25
251 EXCEL 2016 AVANZADO	40
252 EXCEL APLICADO A LA GESTIÓN COMERCIAL 2016	75
253 EXCEL AVANZADO	20
254 FUNDAMENTOS EXCEL	20
255 INICIACIÓN A EXCEL 2016	40
256 INICIACIÓN A WORD 2016	40
257 INICIACIÓN ACCESS 2016	40
258 OFFICE 365	15
259 OFIMÁTICA: APLICACIONES INFORMÁTICAS DE GESTIÓN	50
260 POWER POINT. PRESENTACIONES GRÁFICAS.	30
261 POWERPOINT 2016	75
262 POWERPOINT 2016 AVANZADO	40
263 POWERPOINT 2016 INICIAL	40
264 PROGRAMA DE TRATAMIENTO DE TEXTOS	30
265 REDES Y MEDIOS SOCIALES	50
266 REPUTACIÓN ONLINE	50
267 SISTEMA OPERATIVO, BÚSQUEDA DE LA INFORMACIÓN: INTERNET/ INTRANET Y CORREO ELECTRÓNICO	50
268 TRATAMIENTO BÁSICO DE DATOS Y HOJAS DE CÁLCULO	50
269 TRATAMIENTO DE LA FOTOGRAFÍA DIGITAL	25
270 WORD 2016	75
271 WORD 2016 AVANZADO	40

CURSO	HORAS
PREVENCIÓN, CALIDAD Y MEDIO AMBIENTE	
272 AUDITOR PRL	50
273 CALIDAD TOTAL EN LAS ORGANIZACIONES	50
274 DESARROLLO SOSTENIBLE	50
275 EFICIENCIA ENERGÉTICA	50
276 ELABORACIÓN Y MANIPULACIÓN DE MENÚS ADAPTADOS A LAS DISTINTAS ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS	60
277 ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA	50
278 GESTIÓN MEDIOAMBIENTAL. CONCEPTOS BÁSICOS	25
279 LEGISLACIÓN EN MATERIA DE RESIDUOS INDUSTRIALES	15
280 MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS Y DE LIMPIEZA	50
281 MANIPULADOR DE ALIMENTOS	50
282 OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE. AGENDA 2030	10
283 PLANES DE EVACUACIÓN Y EMERGENCIAS	75
284 PREVENCIÓN DE RIESGOS AMBIENTALES	50
285 PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	25
286 PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LA EMPRESA	50
287 PRL Y PRIMEROS AUXILIOS	75
288 RECOGIDA Y TRANSPORTE DE RESIDUOS URBANOS O MUNICIPALES	50
289 SALUD, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	50
290 SEGURIDAD EN EL ALMACÉN	10
291 SEGURIDAD Y SALUD	50
292 SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	20
293 SENSIBILIZACIÓN MEDIOAMBIENTAL	25
294 SITUACIONES DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	15
295 TRATAMIENTO DE RESIDUOS URBANOS O MUNICIPALES	50
PROGRAMACIÓN	
296 ADMINISTRACIÓN Y AUDITORIA DE LOS SERVICIOS WEB	100
297 ADOBE PHOTOSHOP CS5	75
298 ADOBE PHOTOSHOP CS6	75
299 AUTOCAD 3D	25
300 AUTOCAD BÁSICO	50
301 BIG DATA	40
302 CREACIÓN DE PÁGINAS WEB CON EL LENGUAJE DE MARCAS	100
303 DISEÑO DE PÁGINAS WEB	75
304 GOOGLE ADWORDS Y SUS APLICACIONES PUBLICITARIAS	30
305 GOOGLE Y SUS APLICACIONES	30
306 LA CAPA DE PRESENTACIÓN EN PROGRAMACIÓN WEB Y BASES DE DATOS	10
307 LA FIRMA DIGITAL	20
308 TÉCNICAS AVANZADAS DE DISEÑO WEB	50

CURSO	HORAS
RECURSOS HUMANOS	
309 ACOMPAÑANTE DE TRANSPORTE ESCOLAR	30
310 ADAPTACIÓN AL CAMBIO	25
311 ADMINISTRACIÓN DE PERSONAL	50
312 ASERTIVIDAD	25
313 AUTOCONOCIMIENTO. POR QUÉ SOMOS COMO SOMOS	15
314 CLIMA LABORAL	25
315 COACHING	25
316 COACHING Y LIDERAZGO	50
317 COMUNICACIÓN Y ATENCIÓN AL USUARIO EN SITUACIONES DIFÍCILES	70
318 DESARROLLO ORGANIZACIONAL. COACHING DE EQUIPOS	25
319 DINAMIZACIÓN DE COLECTIVOS VULNERABLES	25
320 DIRECCIÓN DE RECURSOS HUMANOS	50
321 DIRIGIR EQUIPOS DE TRABAJO EN ENTORNOS VIRTUALES	30
322 EMPRENDIMIENTO DIGITAL	15
323 GESTIÓN DE RECURSOS HUMANOS EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	15
324 GESTIÓN DEL ESTRÉS	25
325 GESTIÓN DEL TIEMPO, RECURSOS E INSTALACIONES	50
326 GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO	25
327 HABILIDADES DE COMUNICACIÓN	25
328 HABILIDADES DIRECTIVAS	50
329 HABILIDADES DIRECTIVAS Y NEGOCIACIÓN	50
330 HABILIDADES PERSONALES Y SOCIALES	10
331 HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DE PROYECTOS	50
332 INNOVACIÓN Y CREATIVIDAD	50
333 INTELIGENCIA EMOCIONAL	25
334 INTERACCIÓN PERSONAL	25
335 LA SALUD MENTAL DEL LÍDER	50
336 LIDERAZGO	25
337 LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO	15
338 MANAGEMENT SKILLS	75
339 MENTORING	15
340 MINDFULNESS	25
341 MOTIVACIÓN	25
342 NEGOCIACIÓN	25
343 ORGANIZACIÓN DE REUNIONES	20
344 ORGANIZACIÓN EMPRESARIAL Y DE RECURSOS HUMANOS	50
345 PERSUASIÓN	25
346 PRESENTACIONES EN PÚBLICO	25
347 PREVENCIÓN DEL MOBBING O ACOSO PSICOLÓGICO LABORAL	40

CURSO	HORAS
348 PROJECT MANAGEMENT	50
349 RECLUTAMIENTO Y SELECCIÓN DE PERSONAL	50
350 RESILIENCIA	25
351 RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	25
352 RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	25
353 TALENTO Y EMPRESA DIGITAL	30
354 TRABAJO EN EQUIPO	25
355 TRANSFORMACIÓN DIGITAL	25
SERVICIOS SOCIOCULTURALES Y A LA COMUNIDAD	
356 ACREDITACIÓN DOCENTE PARA TELEFORMACIÓN: FORMADOR/A ON LINE	60
357 ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN EN EL TIEMPO LIBRE INFANTIL Y JUVENIL	75
358 APLICACIÓN DE LAS HERRAMIENTAS DIGITALES EN LA INNOVACIÓN EDUCATIVA	50
359 ATENCIÓN Y GESTIÓN DE LLAMADAS ENTRANTES EN UN SERVICIO DE TELEASISTENCIA	100
360 CIBERBULLYING	50
361 CÓMO ELABORAR E IMPLEMENTAR UN PLAN DE IGUALDAD.	10
362 IGUALDAD DE GÉNERO Y OPORTUNIDADES	25
363 VIOLENCIA DE GÉNERO	40
TRANSPORTE	
364 CALIDAD PARA LA MEJORA DEL ALMACÉN	20
365 CARGA Y DESCARGA DE MERCANCÍAS	10
366 DISEÑO DE ALMACENES	15
367 DISEÑO Y ORGANIZACIÓN DE ALMACÉN	50
368 GESTIÓN DE STOCKS Y ALMACÉN	30
369 GESTIÓN Y PREPARACIÓN DE PEDIDOS	20
370 LOGÍSTICA INVERSA	15
371 LOGÍSTICA Y CONTROL DE GESTIÓN	50
372 LOGÍSTICA Y OPERACIONES EN E-COMMERCE	50
373 OPERATIVA DE PREPARACIÓN DE PEDIDOS	10
374 ORGANIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE LOS SERVICIOS DE TRANSPORTE POR CARRETERA	30
375 SISTEMAS Y EQUIPOS EN LA PREPARACIÓN DE PEDIDOS	10

CURSOS DE FORMACIÓN EN EL CENTRO DE FORMACIÓN DE EXCELENCIA SEPTIEMBRE 2026

CURSOS PRESENCIALES DE FORMACIÓN PARA EL EMPLEO

REQUISITOS GENERALES

- Cursos dirigidos preferentemente a personas desempleadas, que tendrán prioridad sobre las empleadas.
- Criterios de selección: para la asignación de plazas, además de cumplirse los requisitos específicos que en su caso exigiera cada curso, tendrá prioridad la antigüedad en la demanda de empleo, que para ser válida deberá estar actualizada.

PLAZO DE INSCRIPCIÓN

Hasta completar grupos.

INFORMACIÓN Y SOLICITUDES

Oficina Municipal de Empleo

C/ Londres, s/n – Urb. Torrejón 2000.Tfno.: 91 660 06 67

La presentación de solicitudes también se puede realizar a través de la

dirección de correo electrónico formacion@ayto-torreon.es

www.ayto-torreon.es Concejalía de Empleo

CURSO ESPECÍFICOS PARA DESEMPLEADOS

CURSO WORD + EXCEL + CHAT GPT (64 horas)

REQUISITOS

- Preferentemente estar desempleados e inscritos en la Oficina de Empleo de la Comunidad de Madrid.
- Número de plazas por curso: 12 /15 alumnos en función de la especialidad.
- No requerida titulación previa.

TALLERES Y HERRAMIENTAS SOCIALES

CURSO DE MONITOR/A DE COMEDOR ESCOLAR + CERTIFICADO DE MANIPULADOR/A DE ALIMENTOS (Impartido por AIDE FORMACIÓN)

Formación para trabajar en centros educativos como monitor/a de comedor escolar. Contenidos: legislación vigente, nutrición, planificación y gestión, funciones y reglamento, atención y educación infantil y juvenil, juegos, juguetes, patio escolar, alergias y enfermedades, primeros auxilios, menús escolares y módulo de búsqueda de empleo. Gestión ambiental: Gestión de residuos y reciclaje. Incluye certificado de manipulador/a de alimentos.

FECHA: lunes a viernes del 21 al 30 de septiembre de 2026 de 10.00 a 13.00 horas.

DURACIÓN CURSO: 120 horas (24 h presenciales + 16 h online + 80 horas de prácticas en la Comunidad de Madrid).

CUOTA: Gratuito

LUGAR: C.C. Las Fronteras.

CURSO DE CELADOR/A EN INSTITUCIONES SANITARIAS (Impartido por AIDE FORMACIÓN)

Formación para trabajar como celador/a en instituciones sanitarias, proporcionando los conocimientos y competencias necesarias para desempeñar las funciones propias del puesto: búsqueda de empleo, Estatuto Marco del Personal de los Servicios de Salud, derecho a la salud y asistencia sanitaria, funciones del celador/a, actuaciones en UCI, quirófanos y estancias comunes, atención a pacientes terminales y en unidades de psiquiatría, aseo del paciente, posiciones anatómicas, traslado y movilización de pacientes. Gestión ambiental: Gestión de residuos y reciclaje.

FECHA: lunes a viernes del 5 al 15 de octubre de 2026 de 10.00 a 13.00 horas.

DURACIÓN CURSO: 120 horas (24 h presenciales + 16 h online + 80/160 h de prácticas en la Comunidad de Madrid).

CUOTA: Gratuito

LUGAR: C.C. Las Fronteras.



CURSO DE OPERACIONES AUXILIARES DE ALMACENES + CARRETERILLO (Impartido por AIDE FORMACIÓN)

Formación para trabajar como auxiliar de almacén, centrada en normativa logística, organización del almacén, preparación de pedidos, control de stock y prevención de riesgos laborales.

Incluye contenidos prácticos sobre uso de transpaletas, etiquetado, inventario y primeros auxilios en entorno logístico. Gestión ambiental: Gestión de residuos y reciclaje.

FECHA: lunes a viernes del 19 al 28 de octubre de 2026 de 10.00 a 13.00 horas.

DURACIÓN CURSO: 120 horas (24 h presenciales, 16 estudio + 80 h de prácticas en la Comunidad de Madrid).

CUOTA: Gratuito

LUGAR: C.C. Las Fronteras.

CURSO DE AUXILIAR DE SERVICIOS Y LIMPIEZA PARA COLECTIVIDADES (Impartido por AIDE FORMACIÓN)

Formación para trabajar en el servicio de comedor y limpieza de centros educativos. Contenidos: técnicas de limpieza y desinfección, prevención de riesgos, productos y etiquetas, clasificación de residuos, comedor escolar, dietas especiales, trabajo en equipo y resolución de conflictos. Gestión ambiental: Gestión de residuos y reciclaje.

FECHA: lunes a viernes del 3 al 12 de noviembre de 2026 de 10.00 a 13.00 horas.

DURACIÓN CURSO: 120 horas (24 h presenciales + 16 h online + 80 h de prácticas en la Comunidad de Madrid).

CUOTA: Gratuito

LUGAR: C.C. Las Fronteras.

CURSO DE ATENCIÓN Y EDUCACIÓN INFANTIL

(Impartido por AIDE FORMACIÓN)

Curso de Atención y Educación Infantil destinado a adquirir conocimientos y habilidades para trabajar con niños y niñas en domicilios, ludotecas y otros espacios educativos (no válido para escuelas infantiles y/o guarderías). Contenidos: desarrollo cognitivo, comunicación y lenguaje, desarrollo afectivo, emocional y social, pensamiento, habilidades sociales, juego educativo, alimentación, nutrición e higiene infantil, manipulación de alimentos, primeros auxilios y actividades de estimulación y aprendizaje en la infancia.

FECHA: lunes a viernes del 16 al 25 de noviembre de 2026 de 10.00 a 13.00 h.**DURACIÓN CURSO:** 40 horas (24 h presenciales + 16 h online).**CUOTA:** Gratuito**LUGAR:** C.C. Las Fronteras.**CLASES DE ESPAÑOL PRINCIPIANTES. GRATUITO**

Favorecen la integración de las personas extranjeras que carecen del conocimiento de idioma español necesario para desarrollarse en nuestro País y para aquellos que deseen mejorarlo.

DÍAS: lunes, martes, jueves y viernes**DURACIÓN CURSO:** de 12.20 a 13.10 horas**CUOTA:** Gratuito**LUGAR:** C.C. Las Fronteras.**TALLER ESPAÑOL COMO LENGUA EXTRANJERA NIVEL A2. GRATUITO**

Adquisición de Conocimientos básicos sobre la lengua española necesarios para la integración de la población extranjera en España.

DÍAS: lunes, martes, jueves y viernes de 9:10 a 10:40 horas**DURACIÓN CURSO:** Curso Escolar**LUGAR:** C.C. Las Fronteras.**TALLER DE CONOCIMIENTO CONSTITUCIONAL Y SOCIOCULTURAL. GRATUITO**

Adquisición de Conocimientos básicos sobre la Cultura española necesarios para la integración de la población extranjera en España.

DÍAS: lunes y viernes de 11:00 a 12:15 horas**DURACIÓN CURSO:** Curso Escolar**LUGAR:** C.C. Las Fronteras.**TALLER HOMOLOGACIÓN ESTUDIOS EXTRANJEROS Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA. GRATUITO**

Orientación sobre los trámites para la homologación de estudios extranjeros.

DÍA: miércoles (previa cita 91 678 19 10/15)**LUGAR:** Concejalía de Inmigración**TALLER DE GRAMÁTICA. GRATUITO****DÍAS:** martes y jueves de 11:00 a 12:15 horas**DURACIÓN CURSO:** Curso Escolar**LUGAR:** C.C. Las Fronteras.**TALLER DE INTEGRACIÓN INTERLIGÜÍSTICO PARA MUJERES MARROQUÍES. GRATUITO**

Su objetivo es promover el desarrollo personal y la integración social de las mujeres marroquíes, mejorando su nivel de español, fomentando su autoestima y desarrollando sus habilidades sociales.

DÍAS: miércoles de 9.30 a 11.30 horas**DURACIÓN CURSO:** Curso Escolar**LUGAR:** Concejalía de Inmigración.**TALLER DE PENSAMIENTO MATEMÁTICO PARA LA INTEGRACIÓN 4º, 5º Y 6º PRIMARIA Y 1º Y 2º ESO. GRATUITO**

Su objetivo es promover el desarrollo del pensamiento matemático, proporcionar herramientas a los alumnos con talento matemático y refuerzo a los que presentan dificultades de aprendizaje.

DÍAS: jueves de 18.30 a 20.00 horas**DURACIÓN CURSO:** Curso Escolar**LUGAR:** C.C. Las Fronteras.**Información e inscripciones:****CONCEJALÍA DE INMIGRACIÓN**

Paseo de la Estación, 2. Teléfono: 91 678 19 10

Mail: inmigracion@ayto-torreon.es

Inscripciones hasta cubrir plazas

UNED

Centro asociado UNED-MADRID Torrejón de Ardoz
Complejo Deportivo Zona Centro
C/ Leandro Fernández Moratín (Barrio Verde)
Tel: 916 76 63 54



PERIODOS DE MATRÍCULA UNED 2026/27

GRADOS

• Primer Plazo

Admisión: del 15 de junio al 21 de octubre de 2026

Matrícula: Del 1 de julio al 21 de octubre de 2026

• Segundo plazo

Admisión: del 20 de enero al 10 de marzo de 2027

Matrícula: del 1 de febrero al 10 de marzo de 2027

CURSO ACCESO A LA UNIVERSIDAD MAYORES 25 Y 45

Del 1 de julio al 21 de octubre de 2026

PRUEBAS LIBRES ACCESO UNIVERSIDAD

Del 1 de febrero al 10 de marzo de 2027

ACCESO MAS DE 40 POR ACREDITACIÓN PROFESIONAL

Del 17 de marzo al 20 de abril de 2027

CUID (IDIOMAS)

Del 8 de septiembre al 21 de octubre de 2026

UNED SENIOR CURSOS

Del 14 al 29 de septiembre de 2026



HORARIO CUID CURSO 2026-2027

CURSO SEMIPRESENCIAL. NIVELES DE INGLÉS B2 y C1

Nivel	Día	Hora	Aula
Inglés C1	Viernes	17:30-19:00	2.4
Inglés B2	Viernes	19:00-20:30	2.4

Horarios provisionales.

HORARIO UNED SENIOR CURSO 2026-2027

CURSOS PRESENCIALES

(Horarios provisionales)

Curso	Día	Hora	Aula
Historia del Arte	Lunes	17:00-18:30	2.5
Historia de la Literatura	Miércoles	18:00-19:30	2.5
Crimen y Castigo. Introducción a la Criminología y el Derecho Penal	Jueves	17:00-18:30	2.4



GRADO EN CRIMINOLOGÍA

(Horarios provisionales)

PRIMER CURSO (Aula 2.3)		
Asignatura	Día	Hora
Primer Semestre		
Introducción a la Teoría del Derecho	L	16:30-18:00
Introducción a la Criminología	L	18:00-19:30
Introducción a la Sociología	L	19:30-21:00
Historia del Delito y del Castigo en la Edad Contemporánea	M	16:30-18:00
Técnicas de Investigación Social Aplicadas a Criminología	M	18:00-19:30
Fundamentos del Sistema de Responsabilidad Penal	M	19:30-21:00
Segundo Semestre		
Introducción a la Psicología	L	18:00-19:30
Ciencia Política	L	19:30-21:00
Estado Constitucional	M	16:30-18:00
Técnicas de Investigación Social Aplicadas a Criminología	M	18:00-19:30
Fundamentos del Sistema de Responsabilidad Penal	M	19:30-21:00

SEGUNDO CURSO (Aula 2.3)		
Asignatura	Día	Hora
Primer Semestre		
Introducción a las Políticas Públicas	X	16:30-18:00
Estadística Social	X	18:00-19:30
Estructura Social	X	19:30-21:00
Derecho Penal II	J	17:00-18:30
Teoría Criminológica	J	18:30-20:00
Psicopatología Forense	J	20:00-21:30
Segundo Semestre		
Delincuencia y Vulnerabilidad Social	X	16:30-18:00
Estadística Social	X	18:00-19:30
	X	19:30-21:00
Derecho Penal II	J	17:00-18:30
Psicología Social	J	18:30-20:00
Derecho Penitenciario	J	20:00-21:30

GRADO EN DERECHO

(Horarios provisionales)

PRIMER CURSO (Aula 2.4)		
Asignatura	Día	Hora
Primer Semestre		
Introducción al Derecho Procesal	L	17:00-18:30
Derecho Civil I.1: Parte General y Persona	L	18:30-20:00
Fundamentos Clásicos de la Democracia y de la Administración	L	20:00-21:30
Teoría del Estado Constitucional	M	17:00-18:30
Teoría del Derecho	M	18:30-20:00
Historia del Derecho Español	M	20:00-21:30
Segundo Semestre		
Derecho Romano	L	17:00-18:30
Civil I.2: Familia	L	18:30-20:00
Derecho Constitucional I	M	17:00-18:30
Cultura Europea en España	M	18:30-20:00
Derecho Administrativo I	M	20:00-21:30
SEGUNDO CURSO (Aulas 2.3 y 2.5)		
Primer Semestre		
Derecho Civil II.1: Obligaciones	M	17:00-18:30
Derecho Administrativo II	M	18:30-20:00
Derecho Constitucional II	M	20:00-21:30
Economía Política	X	16:00-17:30
Derecho Penal I	X	17:30-19:00
Derecho Financiero y Tributario I.1: Introducción	X	19:00-20:30
Segundo Semestre		
Derecho Civil II.2: Contratos	M	16:00-17:30
Derecho Eclesiástico del Estado	M	17:30-19:00
Derecho Constitucional III	M	19:00-20:30
Derecho Financiero y Tributario I.2: Procedimientos Tributarios	X	16:00-17:30
Derecho Penal I	X	17:30-19:00
Hacienda Pública	X	19:00-20:30

TERCER CURSO (Aula 2.5)		
Asignatura	Día	Hora
Primer Semestre		
Derecho Internacional Público	L	17:00-18:30
Instituciones de la Unión Europea (Grado de Derecho)	L	18:30-20:00
Derecho Financiero y Tributario II.1: Imposición Directa	L	20:00-21:30
Derecho Civil III: Derechos Reales e Hipotecario	X	17:00-18:30
Derecho Penal II	J	17:00-18:30
Derecho Procesal I.1: General	J	18:30-20:00
Derecho Mercantil I: Empresario y Empresa, Competencia y Propiedad Industrial	J	20:00-21:30
Segundo Semestre		
Derecho Internacional Público	L	17:00-18:30
Derecho Administrativo III	L	18:30-20:00
Derecho Financiero y Tributario II.2: Imposición Indirecta y Sistema Tributario Local	L	20:00-21:30
Derecho Penal II	J	17:00-18:30
Derecho Procesal I.2: Especial	J	18:30-20:00
Derecho Mercantil II: Sociedades	J	20:00-21:30

CUARTO CURSO (Aula 2.2)		
Primer Semestre		
Derecho Mercantil III: Obligaciones y Contratos Mercantiles	M	17:00-18:30
Derecho Administrativo IV	M	18:30-20:00
Derecho Procesal II	M	20:00-21:30
Derecho Del Trabajo	X	17:00-18:30
Derecho Civil IV: Derecho de Sucesiones	X	18:30-20:00
Derecho Internacional Privado	X	20:00-21:30
Segundo Semestre		
Filosofía del Derecho	M	16:30-18:00
Derecho de la Protección Social	X	17:00-18:30
Derecho Mercantil IV: Títulos-Valores, Instrumentos Pago y Crédito y Derecho Concursal	X	18:30-20:00
Derecho Internacional Privado	X	20:00-21:30
Derecho del Consumo	Atendida en Curso Virtual	
Derecho Civil de la Unión Europea	Atendida en Curso Virtual	
Trabajo Fin de Grado	Atendida en Curso Virtual	

Escuela de adultos



ESCUELA DE PERSONAS ADULTAS

APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA

NORMAS GENERALES DE MATRÍCULA

- Requisito: tener 18 años o cumplirlos a 31 de diciembre de 2026.
- Posibilidades para estudiantes entre 16 y 18 años, según normativa (preguntar en el centro).
- Aportar la documentación académica que se posea de estudios de ESO, Graduado Escolar, FPB u otros.
- Las personas que no puedan aportar certificado, realizarán una Valoración Inicial del Alumno (VIA) con el fin de orientar al nivel de estudios que corresponda.
- Pago único de 13 euros (empadronados en Torrejón de Ardoz).
- Duración del curso: de septiembre a junio.
- Matrícula septiembre 2026: recogida de solicitudes a partir del 1 de septiembre (mañana y tarde).
- Matrícula abierta el resto del año, excepto Nivel II ESO.

CONÓCENOS

- En la Escuela Municipal de Adultos.
C/ Leandro Fernández de Moratín, 6
(Complejo Deportivo Zona Centro José Antonio Paraíso, Barrio Verde)
Tel: 91.676.63.54
ema@dayto-torreon.es
www.torreoncultural.es

PLAN DE ESTUDIOS

ENSEÑANZA SECUNDARIA PARA LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE ESO

Al finalizar estos estudios NIVEL I (1º y 2º de ESO), NIVEL II (3º y 4º ESO) obtendrás el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria (ESO).

Horarios previstos:

Mañana: grupos 08:30 a 12:30 o 9:30-13:30. Opción turnos.

Tarde-noche: grupos de 17:30 a 21:30. Opción turnos.

ENSEÑANZAS INICIALES I y II

Para las personas que quieren adquirir una formación básica o consolidar los conocimientos ya adquiridos para su desarrollo personal, social y laboral.

Horarios: mañana y tarde.

ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS

Aprendizaje del español para comunicarse en la vida cotidiana, favoreciendo su integración social y laboral.

Atención personal con cita previa y realización de una entrevista y prueba de nivel para valorar su competencia en lengua española.

Horarios: mañana y tarde según demanda.

ENSEÑANZAS DE DESARROLLO PERSONAL

A determinar en septiembre.

LA CAJA DEL ARTE
CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS TORREJÓN DE ARDOZ



ESCUELA DE MÚSICA

PLAZAS DISPONIBLES

- MÚSICA Y MOVIMIENTO 4 A 7 AÑOS
- LENGUAJE MUSICAL DE 8 A +99 AÑOS
- PRODUCCIÓN MUSICAL +13 AÑOS
- PARTICULARES ESPECIALIZACIÓN INSTRUMENTAL*

AGRUPACIONES

- MINICOMBOS INFANTILES
- BATUKADA
- AGRUPACIÓN CORAL
- COMBOS
- AGRUPACIÓN DE VIENTOS
- ORQUESTA DE CUERDA
- MUSICOTERAPIA
- APOYO AL CONSERVATORIO
- CAJÓN FLAMENCO

MÁS INFORMACIÓN EN SECRETARÍA DE LA CAJA DEL ARTE

ESCUELA DE DANZA

NOVEDAD

CATEGORÍA PREPROFESIONAL

- TALLERES, MASTERCLASS & MONOGRÁFICOS

*Una vez al mes consulta nuestro instagram.

- PRESENTACIÓN AL CONSERVATORIO
- CÍA DE DANZA FLAMENCA CAJA DEL ARTE

PLAZAS DISPONIBLES

CATEGORÍA PEQUE DE 4 A 5 AÑOS

- PREDANZA
- PEQUEMODERNO

CATEGORÍA INTEGRAL DISTINTOS NIVELES:

INFANTIL, JUVENIL Y ADULTO

- DANZA CLÁSICA
- DANZA CONTEMPORÁNEA
- DANZA ESPAÑOLA
- DANZAS URBANAS: HIP-HOP, COMERCIAL, K-POP
- SWING LINDY HOP
- JAZZ LÍRICO INICIACIÓN
- BALLET FIT, BARRE

**BECA HYUNDAI MOBIBECA HYUNDAI - MOBIS ROOTS,
BECAS PARA PERSONAS CON FLAMENCO INTERMEDIO O
AVANZADO PARA CLASES DE FLAMENCO CON MÚSICA
EN DIRECTO Y PERTENENCIA A LA CÍA FLAMENCA
CAJA DEL ARTE.**

NOTA: Todos l@s alumn@s que se matriculen en alguna especialidad de danza, podrán optar a matricularse en otra actividad curricular complementaria de la escuela de danza

**MÁS INFORMACIÓN EN SECRETARÍA DE
LA CAJA DEL ARTE**

ESCUELA DE TEATRO


LA CAJA DEL ARTE
CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS TORREJÓN DE ARDOZ

NOVEDADES

- CORO ESCÉNICO
- TALLER DE VOZ Y DICCIÓN PARA LA INTERPRETACIÓN
- TALLER DE CUERPO Y MOVIMIENTO PARA LA INTERPRETACIÓN
(El cuerpo como instrumento escénico para el personaje)
- IDENTIDAD VISUAL. CREA TU IMAGEN PARA REDES SOCIALES Y CÁMARA

CATEGORÍA AMATEUR

- AGRUPACIÓN CAJA DEL ARTE
- COMPAÑÍA AMATEUR CAJA DEL ARTE

**MÁS INFORMACIÓN EN SECRETARÍA DE
LA CAJA DEL ARTE**

PLAZAS DISPONIBLES

- ESCÉNICO 4 A 5 AÑOS
- TEATRO CREATIVO 6 A 8 AÑOS
- INICIACIÓN A LA INTERPRETACIÓN 9 A 12 AÑOS
- TEATRO JUVENIL +12 AÑOS
- TEATRO ADULTO +17 AÑOS
- TALLER INTEGRAL DE CINE AUDIOVISUAL
- CINE E INTERPRETACIÓN
- HACIA UN TEATRO PROFESIONAL "DIRECCIÓN Y REGIDURÍA"
- TEATRO MUSICAL
- PREPARACIÓN PARA LA RESAD

ESCUELA DE CIRCO



NOVEDADES

- DANZA AÉREA (BUNGEE AÉREO): JUVENIL Y ADULTO.
- POLE DANCE AÉREO
- CHEERLEADER

PLAZAS DISPONIBLES

- ACROKIDS +7
- TELAS AÉREAS: INFANTIL, JUVENIL Y ADULTO
- ARO AÉREO: INFANTIL, JUVENIL Y ADULTO

MÁS INFORMACIÓN EN SECRETARÍA DE LA CAJA DEL ARTE

- **Periodo extraordinario de matriculación para grupos con plazas disponibles:** del 14 al 30 de septiembre de 2026
- **Horario de Secretaría:** de lunes a viernes de 15:30 a 20:30 h. en la Secretaría de Escuelas de La Caja del Arte, C/ Joaquín Blume con C/ Eos (tel. 912353198)
- **Comienzo del curso:** XX de octubre de 2026

CALENDARIO DEL CURSO:

- **Periodo extraordinario (50% cuota mensual):** del 14 al 30 de septiembre de 2026
- **Periodo de curso:** del 1 de octubre de 2026 a 18 de junio de 2027
- **Semana Cultural:** abril de 2027
- **Periodo de muestras finales, audiciones y festivales:** semana después de las fiestas populares de jueves a sábado.

CENTRO CULTURAL RAFAEL ALBERTI. Escuela de Teatro

Curso	Días	Horario	Precio/mes	Curso completo	Matrícula
JUEGOS ESCÉNICO, DIVERTICUENTO (4 y 5 años)	Martes	17:30-19:00	29,00 €	258,10 €	25,00 €
TEATRO CREATIVO, AVENTURAS EN PAPEL (de 6 a 8 años)	Miércoles	17:30-19:00	29,00 €	258,10 €	25,00 €
TEATRO JUVENIL (de 12 a 16 años)	Martes	19:00-20:30	29,00 €	258,10 €	25,00 €
TEATRO PARA APRENDER INGLÉS (de 8 a 13 años)	Miércoles	19:00-20:30	29,00 €	258,10 €	25,00 €
TEATRO MUSICAL (de 8 a 13 años)	Viernes	17:10-19:10	34,00 €	302,60 €	25,00 €

CENTRO CULTURAL FRONTERAS. Escuela de Teatro

Curso	Días	Horario	Precio/mes	Curso completo	Matrícula
PREPARACIÓN PARA LA RESAD (de +16 años)	Preguntar en secretaría	17:00-19:30	120,00 €	1.068,00 €	25,00 €
HACIA UN TEATRO PROFESIONAL. Dirección y Regiduría (de +16 años)	Miércoles	11:00-13:00	34,00 €	302,60 €	25,00 €
COMPañía AMATEUR	Preguntar horario		54,00 €	480,60 €	25,00 €

CURSOS DE MAÑANA

LECTURAS DRAMATIZADAS (de +16 años)	Martes	11:30-13:30	34,00 €	302,60 €	25,00 €
TEATRO EXPRESIÓN "COMUNICA" LOCUCIÓN Y DISCURSO (de +16 años)	Jueves	11:30-13:30	34,00 €	302,60 €	25,00 €

CENTRO CULTURALEL PARQUE. Escuela de Teatro

Curso	Días	Horario	Precio/mes	Curso completo	Matrícula
TALLER INTEGRAL DE CINE AUDIOVISUAL	Lunes	18:00-21:00	49,00 €	436,10 €	25,00 €
ESCRITURA E INTERPRETACIÓN DE MONÓLOGOS (de +16 años)	Lunes	16:30-18:00	34,00 €	302,60 €	25,00 €
CINE E INTERPRETACIÓN, CREATIVO (de 9 a 12 años)	Viernes	17:30-19:30	34,00 €	302,60 €	25,00 €
CINE E INTERPRETACIÓN, JUVENIL (de 12 a 17 años)	Viernes	19:30-21:30	34,00 €	302,60 €	25,00 €
TEATRO MUSICAL (de 8 a 13 años)	Viernes	17:10-19:10	34,00 €	302,60 €	25,00 €

Nota: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

| cultura



NORMAS DE MATRÍCULA

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- **Recogida de solicitudes:** del 2 al 15 de septiembre.
- **Sorteo de grupos:** 16 de septiembre, 12.00 h.
Salón de Actos Casa de la Cultura (c/ Londres, 5).
El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- **Exposición listas de admitidos:** 21 de septiembre.
- **Plazo para presentar bajas:** del 22 al 24 de septiembre.
- **Horario:** de lunes a viernes, de 9.30 a 13.30 y de 17.00 a 19.00 h.
- **Inicio del curso:** semana del 5 de octubre de 2026.

CALENDARIO DEL CURSO:

- PERIODO I: de 5 de octubre a 22 de diciembre de 2026.
- PERIODO II: de 7 de enero a 20 de marzo de 2027.
- PERIODO III: de 29 de marzo a 12 de junio de 2027.

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Los alumnos no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida. En el caso de los talleres infantiles, deberán entregar y recoger a los menores en la puerta del aula donde se imparten las actividades.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeros y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
8. Para el buen desarrollo de las actividades, los alumnos deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.
9. Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de los alumnos.
10. No está permitido comer, fumar, beber... en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
11. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Podrán inscribirse en los cursos/talleres, los mayores de 18 años, y los menores de edad, con autorización del padre, madre o tutor.
5. Los cursos/talleres infantiles estarán debidamente especificadas en la programación, considerándose por tanto el resto, exclusivamente para adultos.
6. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
7. En el caso de inscripciones de menores de edad, deberán presentar Libro de Familia y DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte del padre, madre o tutor, según proceda.
8. Para los cursos/talleres de Mayores será necesario acreditarse con el carné de socio de centros de Mayores.
9. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
10. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
11. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
12. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
13. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
14. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
15. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
16. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
17. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas, podrán ser presentadas conjuntamente, determinando cual de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza.
18. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
19. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
20. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
21. El material fungible para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
22. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
23. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
24. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

LA CAJA DEL ARTE



C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tél. 912 35 31 98
Horario: lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período (3 periodos de pago)	Plazas
CAPOEIRA	Lunes	Miércoles	19:30-21:30	32,00€/mes	Solo plazas disponibles
COSTURA CREATIVA: Una nueva vida para tu ropa, con técnicas fáciles y asequibles ¡NUEVO!	Viernes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CREA TU OBRA CONTEMPORÁNEA: pintura abstracta, figurativa, pirograbado, escultura modelada... ¡NUEVO!	Martes		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO CON TINTA CHINA (SUMIE) Y BOLÍGRAFO	Viernes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 1	Lunes		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 2	Miércoles		19:35-21:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 3 ¡NUEVO!	Lunes		19:30-21:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (a partir de 10 años) grupo 1	Lunes		17:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL grupo 2 (7 a 9 años) ¡NUEVO!	Miércoles		17:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
ESCRITURA CREATIVA	Martes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
ESCRITURA POÉTICA: Taller práctico de poesía centrado en la creación de textos propios ¡NUEVO!	Jueves		18:30-20:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
GAP grupo 1	Lunes	Miércoles	19:15-20:15	68,00 €	Solo plazas disponibles
GAP grupo 2	Lunes	Miércoles	20:15-21:15	68,00 €	Solo plazas disponibles
HIPOPRESIVOS	Viernes		09:30-11:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
MINDFULLNESS ¡NUEVO!	Lunes		19:00-20:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 1	Martes	Jueves	09:30-10:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 2	Martes	Jueves	10:35-11:35	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 3	Lunes	Miércoles	18:05-19:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 4	Lunes	Miércoles	19:10-20:10	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 5	Lunes	Miércoles	20:15-21:15	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 6	Lunes	Miércoles	17:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 7	Lunes	Miércoles	18:10-19:10	68,00 €	Solo plazas disponibles

PILATES grupo 8	Lunes	Miércoles	10:30-11:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 9 ¡NUEVO!	Lunes	Miércoles	16:00-17:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES EMBARAZADAS (Prenatal- Postnatal)	Lunes	Miércoles	10:30-11:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 1	Viernes		11:05-12:35	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 2	Lunes	Miércoles	09:30-10:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 3	Lunes	Miércoles	17:05-18:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
POLE DANCE Iniciación ¡NUEVO!	Viernes		19:40-21:10	56,00 €	Solo plazas disponibles
POLE DANCE Medio	Viernes		16:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
POLE DANCE Avanzado grupo 1	Viernes		18:05-19:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
POLE DANCE Avanzado grupo 2	Sábado		11:30-13:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
POLE DANCE INFANTIL (8 A 14 AÑOS) ¡NUEVO!	Sábado		10:00-11:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
SCRAPBOOKING	Jueves		19:05-21:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 1	Martes	Jueves	11:05-12:35	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 2	Martes	Jueves	17:00-18:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 3	Martes	Jueves	18:30-20:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 4	Martes	Jueves	20:00-21:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 5 ¡NUEVO!	Martes	Jueves	16:00-17:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 6	Martes	Jueves	09:30-11:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 7	Lunes	Miércoles	09:30-10:30	68,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 5 de octubre al 22 de diciembre de 2026

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio	Plazas
CARACTERIZACIÓN. Aprende sobre caracterización de personajes para teatro, cine, TV o en tu día a día para disfraces de carnaval, fiestas con amigos... Necesarios conocimientos previos de maquillaje. ¡NUEVO!	Martes	19:00-20:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
MOSAICO CREATIVO. Crea mosaicos con diferentes materiales (piedra, plástico, madera, cartón, masilla, pasta de papel...). ¡NUEVO!	Viernes	19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
TALLER DE ESTAMPACIÓN. Estampado en relieve con planchas de goma, planchas de gel (gel press), linoleo, cartón brick, serigrafía por bloqueo. ¡NUEVO!	Jueves	17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CASA DE LA CULTURA



C/ Londres, 5. Tel. 916 74 98 70
Horario: lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período (3 periodos de pago)	Plazas
APRENDE MÓVIL ANDROID Iniciación ¡NUEVO!	Martes		10:30-12:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
APRENDE MÓVIL ANDROID Avanzado	Viernes		11:30-13:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
BAILES DE SALÓN Avanzado (solo parejas)	Lunes	Miércoles	19:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
BISUTERÍA CON RESINA EPOXI	Martes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
BOLILLOS	Miércoles		18:00-21:00	80,00 €	Lista de espera
BORDADO CON AGUJA MÁGICA Y ALFOMBRAS ¡NUEVO!	Lunes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CERÁMICA grupo 1	Lunes		18:30-21:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
CERÁMICA grupo 2	Martes		18:30-21:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
CERÁMICA grupo 3	Miércoles		18:00-21:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CERÁMICA grupo 4	Jueves		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CERÁMICA grupo 5	Viernes		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CERÁMICA grupo 6	Viernes		18:00-21:00	80,00 €	Lista de espera
CONOCER MADRID grupo 1	Martes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 2	Miércoles		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 3	Jueves		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 4 ¡NUEVO!	Viernes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 5	Sábado		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CORRIENTES LITERARIAS	Jueves		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 1	Martes	Jueves	18:00-19:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 2	Martes	Jueves	19:30-21:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 3	Jueves		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CROCHET	Viernes		17:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles

DIBUJO INFANTIL grupo 1 (7 a 10 años)	Sábado		09:30-11:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO INFANTIL grupo 2 (7 a 10 años)	Sábado		11:30-13:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 1	Martes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 2	Miércoles		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 3	Jueves		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
HISTORIA DEL ARTE grupo 1 ¡NUEVO!	Miércoles		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
HISTORIA DEL ARTE grupo 2	Miércoles		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS 0 ¡NUEVO!	Jueves		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS A1	Miércoles		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS A2 ¡NUEVO!	Miércoles		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS B1	Lunes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS B2	Martes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS B2+	Lunes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN (nivel B1 en adelante)	Jueves		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS PREPARACIÓN AL FIRST ¡NUEVO!	Martes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INTERNET EN PC Y MÓVIL Medio (Android)	Viernes		09:30-11:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
LENGUA DE SIGNOS Iniciación	Miércoles		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
LENGUA DE SIGNOS Avanzado	Miércoles		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
ORTOGRAFÍA Y REDACCIÓN BÁSICA ¡NUEVO!	Lunes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 1	Martes	Jueves	11:30-12:30	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 2	Martes	Jueves	12:30-13:30	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 3	Lunes	Miércoles	17:30-18:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 4	Lunes	Miércoles	18:35-19:35	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 5	Lunes	Miércoles	19:40-20:40	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 6	Lunes	Miércoles	20:40-21:40	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 7	Martes	Jueves	17:30-18:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 8	Martes	Jueves	18:35-19:35	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 9	Martes	Jueves	19:40-20:40	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 10	Martes	Jueves	17:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 11	Martes	Jueves	18:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 12	Martes	Jueves	19:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES SUAVE grupo 1	Lunes	Miércoles	16:25-17:25	68,00 €	Lista de espera

PILATES SUAVE grupo 2	Martes	Jueves	16:25-17:25	68,00 €	Lista de espera
RITMOS LATINOS (solo parejas)	Lunes	Miércoles	20:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
SEVILLANAS Avanzado 1	Viernes		17:00-18:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
SEVILLANAS Avanzado 2	Viernes		18:30-20:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
SEVILLANAS Avanzado 3	Viernes		20:00-21:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
TAICHI	Viernes		09:30-11:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 1	Lunes	Miércoles	10:30-12:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 2	Martes	Jueves	9:00-10:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 3	Martes	Jueves	10:30-12:00	80,00 €	Lista de espera
YOGA grupo 4 ¡NUEVO!	Lunes	Miércoles	16:30-18:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 5	Lunes	Miércoles	18:05-19:35	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 6	Lunes	Miércoles	19:40-21:10	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 7	Martes	Jueves	16:30-18:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 8	Martes	Jueves	18:05-19:35	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 9	Martes	Jueves	19:40-21:10	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 10	Sábado		12:00-13:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 11 ¡NUEVO!	Viernes		10:30-12:00	56,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 5 de octubre al 22 de diciembre de 2026

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
DECORACIÓN TEXTIL ¡NUEVO!	Lunes	11:00-13:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO CON BORDADO ¡NUEVO!	Miércoles	10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PINTURA CREATIVA ¡NUEVO!	Viernes	12:00-13:30	56,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

JUEVES DE CINE

SEPTIEMBRE-OCTUBRE-NOVIEMBRE 2026

Casa de Cultura (C/ Londres, 5). Todas las proyecciones se llevarán a cabo a las 19 horas en el salón de actos de Casa de Cultura



17 septiembre
UN FUNERAL DE LOCOS
de Manuel Gómez Pereira
España 2025.



1 octubre
VALOR SENTIMENTAL
de Joachim Trier. Noruega
2025. Oscar Mejor película
internacional y Goya Mejor
película europea



15 octubre
UNA BATALLA TRAS OTRA
de Paul Thomas Anderson.
EEUU 2025. 6 premios Oscar.



29 octubre
UN COMPLETO DESCONOCIDO
de James Mangold.
EEUU 2024. 8 candidaturas
al Oscar.



12 noviembre
MATERIALISTAS
de Celine Song.
EEUU 2025.



26 noviembre
RONDALLAS
de Daniel Sánchez Arévalo
España. 2025

CINE EN FAMILIA

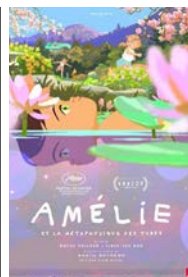
Casa de Cultura (C/ Londres, 5). Todas las proyecciones se llevarán a cabo en el salón de actos de Casa de Cultura los días y hora indicados



27 septiembre. 12.00 h.
LOS MISTERIOSOS CUENTOS DEL MANZANO
de David Sùkup. Chequia 2025.
Dos candidaturas Premios
Cine Europeo.



10 octubre. 18.30 h.
LOS FUTBOLISIMOS 2. EL MISTERIO DEL TESORO PIRATA
de Miguel Ángel Lamata.
España 2025.



24 octubre. 18.30 h.
LITTLE AMÉLIE
de Maylis Vallade.
Francia 2025. Candidata al
Oscar Mejor animación.

C.C. EL PARQUE



C/ Hilados, s/n. Tel. 916 74 98 51
Horario: lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027



Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período (3 periodos de pago)	Plazas
BAILES LATINOS EN LINEA (Salsa, Bachata...) ¡NUEVO!	Martes	Jueves	18:35-19:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA AVANZADA	Martes		18:45-21:45	80,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA DE VANGUARDIA	Lunes		18:30-21:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA DESDE CERO ¡NUEVO!	Miércoles		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA BÁSICA Y REGIONAL	Jueves		18:45-21:45	80,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA BÁSICA Y TRADICIONAL	Jueves		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 1	Martes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 2	Miércoles		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 3	Martes		12:05-14:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 4	Jueves		10:00-12:00	68,00 €	Lista de espera
CONOCER MADRID grupo 5	Viernes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 1	Lunes		10:00-12:00	68,00 €	Lista de espera
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 2	Lunes	Miércoles	18:00-19:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 3	Lunes	Miércoles	19:35-21:05	80,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 4	Jueves		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CROCHET NIVEL INTERMEDIO	Martes		11:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
DANZA BOLLYWOOD	Viernes		19:15-21:15	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 1	Lunes		17:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 2	Miércoles		17:30-20:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (8 a 10 años)	Viernes		17:30-19:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (11 a 13 años)	Viernes		19:05-20:35	56,00 €	Solo plazas disponibles
DISEÑO, MODA Y PATRONAJE (se requieren conocimientos básicos en confección)	Jueves		18:00-21:00	80,00 €	Lista de espera
ENCAJE DE BOLILLOS	Martes		16:00-19:00	80,00 €	Lista de espera

FOTOGRAFÍA Avanzado	Miércoles		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
FOTOGRAFÍA Iniciación ¡NUEVO!	Lunes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
FOTOGRAFÍA Intermedio grupo 1	Martes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
FOTOGRAFÍA Intermedio grupo 2	Miércoles		12:00-14:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
GRANDES OBRAS DE LA LITERATURA UNIVERSAL: Lee y Disfruta de los Clásicos	Martes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
GUIARRA Iniciación ¡NUEVO!	Martes	Jueves	17:30-18:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
GUIARRA Iniciación 2º año	Jueves		18:35-20:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
GUIARRA Intermedio	Miércoles		18:30-20:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
GUIARRA Avanzado 4º año	Lunes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
GUIARRA: TÉCNICA Y PERFECCIONAMIENTO	Martes		18:30-20:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
HISTORIA DE ESPAÑA (Siglo XX y siguientes)	Lunes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
HISTORIA DEL ARTE (Neoclasicismo al Romanticismo)	Miércoles		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA Y MÓVIL ANDROID nivel 2 (se requieren conocimientos básicos de informática)	Jueves		11:30-13:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS Nivel A1	Jueves		19:00-20:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS Nivel A2+	Lunes		18:35-20:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
LETTERING: Caligrafía Moderna y Creativa	Viernes		19:00-20:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
MANUALIDADES: El arte de crear con tus Manos ¡NUEVO!	Viernes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
OFIMÁTICA PRÁCTICA: domina WORD, EXCEL, POWERPOINT y ACCESS (se requieren conocimientos básicos de informática) ¡NUEVO!	Martes		11:30-13:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PATCHWORK: El Arte de Unir Retales	Viernes		10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 1	Martes	Jueves	09:30-10:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 2	Martes	Jueves	10:35-11:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 3	Martes	Jueves	20:10-21:10	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 4	Lunes	Miércoles	16:55-17:55	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 5	Lunes	Miércoles	18:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 6	Lunes	Miércoles	19:05-20:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 7	Lunes	Miércoles	20:10-21:10	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 8	Martes	Jueves	17:30-18:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 1	Viernes		09:30-11:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 2	Viernes		11:35-13:05	56,00 €	Lista de espera
PILATES REHABILITACIÓN grupo 3	Martes	Jueves	11:40-12:40	68,00 €	Lista de espera
PILATES REHABILITACIÓN grupo 4	Martes	Jueves	12:45-13:45	68,00 €	Solo plazas disponibles
PINTURA POURING: Aprende la técnica del acrílico fluido y crea tu lienzo ¡NUEVO!	Martes		20:05-21:35	56,00 €	Solo plazas disponibles

RESTAURACIÓN DE MUEBLES grupo 1	Martes		09:30-12:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
RESTAURACIÓN DE MUEBLES grupo 2	Martes		17:00-20:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
RITMOS LATINOS (SOLO PAREJAS) Salsa, Bachata, Merengue... ¡NUEVO!	Viernes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 1	Lunes	Miércoles	11:00-12:30	80,00 €	Lista de espera
YOGA grupo 2	Martes	Jueves	18:35-20:05	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 3	Lunes	Miércoles	18:00-19:30	80,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas. Los ingredientes necesarios para impartir los cursos de cocina no están incluidos en el precio. Cursos de fotografía: imprescindible cámara digital reflex

CURSOS TRIMESTRALES

Del 5 de octubre al 22 de diciembre de 2026

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
GESTIONES Y TRÁMITES ONLINE CON EL ORDENADOR ¡NUEVO!	Martes	19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INICIACIÓN A LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL CON CHATGPT, GEMINI, COPILOT Y MÁS (ordenador y móvil Android) ¡NUEVO!	Jueves	19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA ARROCES SIN FRONTERAS ¡NUEVO!	Lunes	10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA SALUDABLE Y FERMENTACIONES ¡NUEVO!	Martes	10:00-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas. Los ingredientes necesarios para impartir los cursos de cocina no están incluidos en el precio.



AULA DE HUMANIDADES TORREJÓN 2026-27. El curso se compone de tres bloques monográficos:

Bloque 1:
HISTORIA DE ESPAÑA
(octubre a diciembre de 2026)
ESPAÑA EN LA ENCRUCIJADA: DEL DESASTRE DEL 98 A LA PRIMERA GUERRA MUNDIAL

Bloque 2:
HISTORIA DEL ARTE
(enero a marzo 2027)
EL COLECCIONISMO DE ARTE

Bloque 3:
LITERATURA
(abril y mayo de 2027)
LA GENERACIÓN DEL 27

Periodo	Matrícula	Días	Horario	Precio Período	Más información
Del 6 de octubre de 2026 al 25 de mayo de 2027	A partir del 1 de septiembre Solo plazas disponibles	Martes	17:00-18:30	220,00 € (en 2 cuotas)	C.C. "El Parque" (91 674 98 51) www.auladade.com auladades@hotmail.com

C.C. RAFAEL ALBERTI



C/ Cañada, 50. Tel. 916 55 77 28
Horario: lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027

Cursos/Talleres	Días		Horario	Precio Período (3 periodos de pago)	Plazas
BODY BALANCE: combina Yoga, Taichi y Pilates al ritmo de la música ¡NUEVO!	Martes	Jueves	10:30-12:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
CATA DE CERVEZAS AVANZADO	Viernes		16:55-18:55	68,00 €	Solo plazas disponibles
CATA DE VINOS grupo 1	Martes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CATA DE VINOS grupo 2	Viernes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CATA DE VINOS grupo 3	Lunes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CATA DE VINOS Iniciación grupo 4 ¡NUEVO!	Sábado		11:45-13:45	68,00 €	Solo plazas disponibles
CATA DE VINOS AVANZADO	Miércoles		19:00-21:00	68,00 €	Lista de espera
DANZA BOLLYWOOD	Viernes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DANZA ORIENTAL	Martes		17:25-18:55	56,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 1	Sábado		09:55-11:55	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 2	Lunes	Miércoles	19:30-21:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA grupo 3	Jueves		19:05-21:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL grupo 1 (6 a 12 años)	Lunes	Miércoles	17:55-19:25	80,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL grupo 2 (6 a 12 años)	Sábado		12:00-13:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
ESCRIBE TU NOVELA AVANZADO	Viernes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
ESCRITURA, CUÉNTAME UNA HISTORIA: taller de relato corto	Sábado		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
ESPACIO DE ARTE Y MANUALIDADES INFANTIL (7 a 12 años) ¡NUEVO!	Miércoles		17:15-18:45	56,00 €	Solo plazas disponibles
GAP	Martes	Jueves	20:05-21:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN B1 ¡NUEVO!	Lunes		17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS CONVERSACIÓN B2 ¡NUEVO!	Lunes		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
MANUALIDADES ADULTOS ¡NUEVO!	Viernes		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
MAQUILLAJE Iniciación ¡NUEVO!	Jueves		10:15-12:15	68,00 €	Solo plazas disponibles
MAQUILLAJE AVANZADO	Jueves		19:00-21:00	68,00 €	Solo plazas disponibles

MASAJE RELAJANTE Y DESCONTRACTURANTE	Jueves		17:25-19:25	68,00 €	Solo plazas disponibles
MEDITACIÓN	Lunes		17:30-19:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 1	Martes	Jueves	09:00-10:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 2	Martes	Jueves	10:05-11:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 3	Martes	Jueves	11:10-12:10	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 4 ¡NUEVO!	Martes	Jueves	17:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 5 ¡NUEVO!	Viernes		10:30-12:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 6	Lunes	Miércoles	19:05-20:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 7	Lunes	Miércoles	20:10-21:10	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 8	Martes	Jueves	19:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 9	Martes	Jueves	19:05-20:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 11	Martes	Jueves	17:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 12	Lunes	Miércoles	10:05-11:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 13	Martes	Jueves	18:05-19:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 14	Lunes	Miércoles	20:10-21:10	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 16	Viernes		19:05-20:35	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 17	Lunes	Miércoles	18:00-19:00	68,00 €	Lista de espera
PILATES grupo 18	Lunes	Miércoles	19:05-20:05	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES grupo 21	Martes	Jueves	20:10-21:10	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 1 ¡NUEVO!	Lunes	Miércoles	09:00-10:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN grupo 2 ¡NUEVO!	Lunes	Miércoles	17:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
TAICHI	Miércoles	Viernes	12:00-13:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
VIVIR Y CONTAR: ESCRIBO MI HISTORIA ¡NUEVO!	Miércoles		18:30-20:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA FLOW: yoga dinámico, es un tipo de yoga donde el movimiento es continuo, suave y sincronizado con la respiración ¡NUEVO!	Lunes	Miércoles	09:00-10:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 1	Lunes	Miércoles	10:00-11:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 2	Lunes	Miércoles	16:55-18:25	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 3	Lunes	Miércoles	18:30-20:00	80,00 €	Lista de espera
YOGA grupo 4	Lunes	Miércoles	20:05-21:35	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 5	Viernes		20:00-21:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 6	Sábado		10:00-11:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 7	Lunes	Miércoles	11:30-13:00	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA grupo 8 ¡NUEVO!	Martes	Jueves	09:00-10:30	80,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA NIDRA Y MINDFULLNESS grupo 1	Jueves		19:30-21:00	56,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 5 de octubre al 22 de diciembre de 2026

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
LAP BOOK INFANTIL (8 a 12 años): aprende a crear tu propio libro interactivo. ¡NUEVO!	Jueves	17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

C.C. LAS FRONTERAS



C/ Salvador Allende, 7. Tel. 916 74 97 72
Horario: lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h. y de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período (3 periodos de pago)	Plazas
BAILE FUSIÓN 1 (salsa, bachata, merengue) ¡NUEVO!	Viernes	20:00-21:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
BAILE FUSIÓN 2 (salsa, bachata, merengue)	Viernes	18:30-20:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
CASTAÑUELAS	Jueves	17:00-18:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCER MADRID grupo 1	Viernes	12:00-14:00	68,00 €	Lista de espera
CONOCER MADRID grupo 2	Jueves	11:00-13:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 1	Martes	18:00-21:00	80,00 €	Lista de espera
CORTE Y CONFECCIÓN grupo 2 ¡NUEVO!	Miércoles	10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles

DIBUJO BASE Iniciación: aprenderás dibujo desde cero, partiendo de estructuras, guías, líneas de referencia y formas básicas ¡NUEVO!	Jueves		10:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (7 a 12 años)	Viernes		18:00-20:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA JUVENIL (13 a 16 años) ¡NUEVO!	Viernes		20:00-21:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: diseñado para preparar el cuerpo ante las actividades de la vida diaria ¡NUEVO!	Viernes		10:00-11:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
ESTIRAMIENTOS ¡NUEVO!	Martes	Jueves	09:30-10:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
FLAMENCO INICIACIÓN	Jueves		18:30-20:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO ¡NUEVO!	Lunes	Miércoles	11:00-12:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES	Lunes	Miércoles	18:35-19:35	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES DANCE	Viernes		11:30-13:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN 1	Martes	Jueves	18:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN 2	Martes	Jueves	11:40-12:40	68,00 €	Lista de espera
PILATES REHABILITACIÓN 3	Viernes		10:00-11:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN 4	Martes	Jueves	17:00-18:00	68,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES REHABILITACIÓN 5 ¡NUEVO!	Martes	Jueves	12:40-13:40	68,00 €	Solo plazas disponibles
SEVILLANAS nivel intermedio	Lunes	Miércoles	18:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
TAICHI grupo 1	Martes	Jueves	19:30-20:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
TAICHI grupo 2	Miércoles		20:00-21:30	56,00 €	Solo plazas disponibles
TALLER COLLAGE CREATIVO INFANTIL (7 a 12 años) ¡NUEVO!	Jueves		17:30-19:30	68,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA Y MEDITACIÓN ¡NUEVO!	Martes	Jueves	10:00-11:00	68,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CURSOS TRIMESTRALES

Del 5 de octubre al 22 de diciembre de 2026

Cursos/Talleres	Días	Horario	Precio Período	Plazas
ACUARELA ABSTRACTA ¡NUEVO!	Jueves	19:30-21:00	56,00 €	Solo plazas disponibles
CONOCE EL CORREDOR DEL HENARES ¡NUEVO!	Jueves	17:00-19:00	68,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

voluntariado



CONCEJALÍA DE VOLUNTARIADO VOLUNTARIOS POR TORREJÓN

¿Quieres ser voluntario o voluntaria en Torrejón de Ardoz?
Ven e insíbete en la Concejalía de Voluntariado.
“Te necesitamos”

Envíanos un correo electrónico o contacta con nosotros en voluntariado@dayto-torrejon.es o en el teléfono 91 678 38 68.

Los talleres se impartirán en el Centro Polivalente Abogados de Atocha, salvo en los que se especifique lo contrario.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

- Las inscripciones se realizarán a partir del 15 de septiembre de 10:00 a 14:00 h.
- Para la realización de las actividades se necesitará contar con un número mínimo de participantes.
- Desde la concejalía se confirmará la plaza a los admitidos.
- Las personas inscritas en la concejalía de Voluntariado tendrán prioridad en las plazas de los cursos ofrecidos por la concejalía de Voluntariado.

TORREJÓN TE ACOMPAÑA

Si quieres participar en el proyecto de voluntariado de nuestro municipio realizando actividades puntuales de voluntariado, escríbenos y te informaremos de cómo poder participar.

CURSOS ESPECÍFICOS DE VOLUNTARIADO

Impartidos por la Escuela de Voluntariado de Comunidad de Madrid

	Días	Horario	Precio
CURSO VOLUNTARIADO INICIAL	5, 6 y 7 de octubre	16:00 a 20:00 h.	Gratuito
MANUALIDADES SENCILLAS PARA TRABAJAR CON COLECTIVO DE MAYORES (MEMORIA, PSICOMOTRICIDAD, ETC.)	10 y 11 de noviembre	16:00 a 20:00 h.	Gratuito

TALLERES DE VOLUNTARIADO

Impartidos por el Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz

Conjunto de talleres y actividades puestos en marcha por voluntarios de la ciudad y entidades locales con el objetivo de potenciar las relaciones sociales y tener espacios donde ayudar a los demás y a uno mismo.

	Días	Horario	Precio
VOLUNTARIOS EN MOVIMIENTO (BAILE)	7, 14 y 21 de octubre 4, 11 y 18 de noviembre 2, 9 y 16 de diciembre	18:00 - 19:30 h.	Gratuito
TALLER PRIMEROS AUXILIOS IMPARTIDO POR PROTECCIÓN CIVIL	19 de noviembre	17:30 - 19:00 h.	Gratuito
TALLER DE GANCHILLO/CROCHET Y PUNTO	Todos los jueves desde el 24 de septiembre	11:00 - 12:30 h.	Gratuito

OCIO Y TIEMPO LIBRE EN VOLUNTARIADO

La programación se complementará con diversas acciones formativas y lúdicas para las cuales deberán contactar con la concejalía de Voluntariado.

ACTIVIDADES DE CONTINUIDAD

- **CAMINAR PARA ESTAR EN FORMA Y SOCIALIZAR (RUNNERS TORREJÓN DE ARDOZ)**
Martes y jueves de 20:30 a 21:30 h.
- **VOLUNTARIADO EN IDIOMAS**
Espacios para socializar conversando en inglés (no son clases)
Lunes de 18:00 a 19:00 h.

CONCEJALÍA DE VOLUNTARIADO

Centro Polivalente Abogados de Atocha.
C/ Londres 11 b. 2ª planta. Tel. 91 678 38 68
voluntariado@ayto-torreon.es

En la programación hay actividades donde se ha contado con la colaboración de voluntarios y asociaciones sin ánimo de lucro.

Síguenos en Redes sociales:

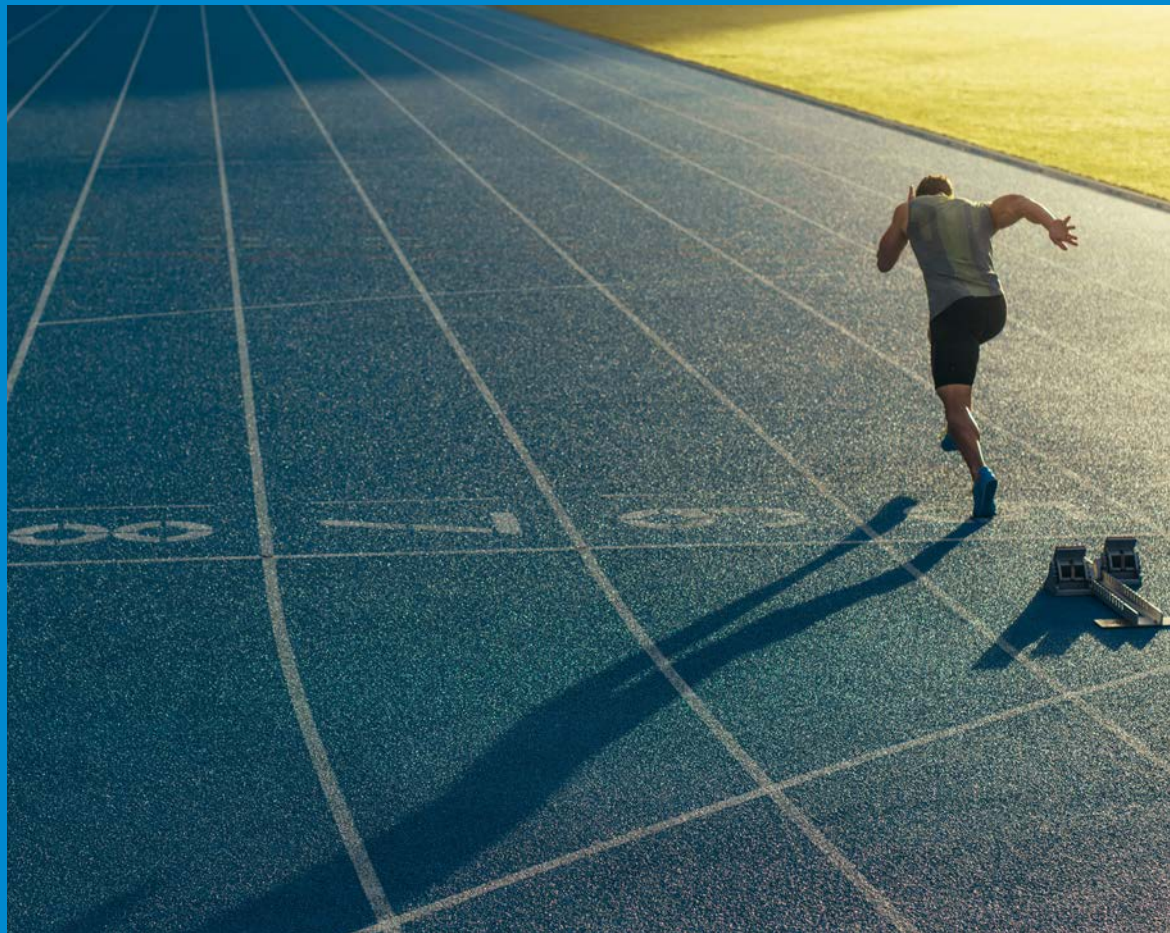


<https://www.facebook.com/voluntariadotorrejondeardoz/>



<https://www.instagram.com/voluntariadotorrejondeardoz/>

| deportes



CÓMO DARSE DE ALTA EN NUESTRA OFERTA DEPORTIVA MUNICIPAL

1. Para inscribirse

Cumplimentar debidamente la solicitud de inscripción y adjuntar la documentación requerida en cada caso, abonando el importe correspondiente a la actividad.

Las escuelas deportivas ofertadas tienen un coste anual que se abonará de forma bimestral o trimestral dependiendo del caso.

A partir de la inscripción en una segunda actividad disfrutará de un descuento del 50% en el importe de la matrícula.

2. Cómo causar baja en una actividad

Para tramitar la baja de cualquier actividad deberás cumplimentar debidamente el impreso de solicitud de baja el cual deberá ser entregado de forma presencial con anterioridad a la finalización del bimestre/trimestre en curso.

Recuerda que:

- El simple hecho de no asistir a clase no exime del pago correspondiente del bimestre/trimestre.
- Si una persona se da de baja en una actividad y se da de alta en otra o en la misma durante el mismo curso deberá abonar matrícula.

En caso de no comunicar baja (mediante el impreso de solicitud de baja), se renovará la actividad automáticamente generando el pago mediante domiciliación bancaria.

La devolución de un recibo impedirá tener acceso a cualquier instalación deportiva hasta que éste no sea abonado.

3. Reserva de plaza

Los alumnos inscritos en el último bimestre/trimestre podrán optar a reservar su plaza para el curso siguiente (dependiendo de la programación de los grupos en el nuevo curso).

4. A tener en cuenta

La oferta deportiva se iniciará el 1 de octubre. El calendario de clases se comunicará al comienzo de la actividad.

En la “Normativa de uso y funcionamiento de la Concejalía de Deportes” podrán encontrar todos los aspectos que rigen esta oferta deportiva.

<http://deportes.ayto-torrejon.es/normativa>



CLASES COLECTIVAS

NUEVAS INSCRIPCIONES

Fechas

- 31 de agosto: Se abre el plazo para pedir cita previa (solo empadronados)
- 8 de septiembre: Empiezan las inscripciones presenciales de empadronados (según el orden de la cita que corresponda).
- 28 de septiembre: Inscripción libre para todos (empadronados y no empadronados) sin cita previa.

Cómo pedir la cita previa a partir del 31 de agosto

- On line: en la web aytotorrejon.deporsite.net (para usuarios registrados)
- Presencial: en cualquiera de los centros:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
Telf: 91 656 31 11. L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.
 - Complejo Deportivo Calle Londres:
Telf: 91 656 14 83. L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.

Inscripciones empadronados:

- Desde el 8 de septiembre por orden de cita, en la instalación determinada.
- Inscripciones generales (empadronados y no empadronados) Desde el 28 de septiembre. A partir de esta fecha acudiendo a las instalaciones:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
Telf: 91 656 31 11 (L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.)
 - Complejo Deportivo Calle Londres
Telf: 91 656 14 83 (L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.)
 - Complejo Deportivo Juan Antonio Samaranch (desde el 28 de septiembre)
Telf: 91 677 33 08. L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:30 a 14:00 h.
 - Complejo Deportivo Juncal (desde el 1 de octubre)
Telf: 91 677 90 70. L-V de 8:30 a 14:30 h.

CLASES COLECTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF RUNNING

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Si tu pasión son las carreras populares o practicas el Running para mantenerte en forma, tienes que probar esta actividad.	M-J	18:15 - 19:15

2 días (1 hora) - 32,20 €/trimestre **(ADM 20,40 €)**

TF TRAINING OUTDOOR

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Acondicionamiento físico al aire libre	M-J	19:15 - 20:15

2 días - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**



ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonía entre el cuerpo y la mente

TF PILATES MAT

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	L-V	09:15 - 10:00 10:00 - 10:45 16:15 - 17:00 09:15 - 10:00
	L-X-V	
	X	

3 días (45 minutos) - 47,70 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**

1 día (45 minutos) - 17,35 €/trimestre **(ADM 12,60 €)**

TF ESPALDA SANA

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad para fortalecer la musculatura dorsal y corregir problemas posturales.	X	10:00 - 10:45

1 día (45 minutos) - 17,35 €/trimestre **(ADM 12,60 €)**

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años

ESCUELA MULTIDEPORTE

Nacidos desde 2018 a 2022.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes de raqueta...)	L-X	17:15 - 18:15
	M-J	16:15 - 17:15 17:15 - 18:15

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**

COMPLEJO DEPORTIVO JUNCAL

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF ACTIVATE!!

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	L-X	17:45 - 18:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

TF ACTIVATE PLUS+

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	L - X	18:45 - 19:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

TF BODY TRAINING

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Sesión de entrenamiento cardiovascular y de tonificación localizada mediante ejercicios fáciles y seguros.	L-X-V	10:00 - 11:00
	M-J	11:00 - 12:00

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**

TF FULL TÁBATA

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	M-J	20:30 - 21:00

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

TF GAP PLUS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo, abdomen y pierna.	L-X-V	13:00 - 13:30
	M-J	21:00 - 21:30

3 días (30 minutos) - 31,80 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

TF TOTAL BODY

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Alcanza un estado de forma óptimo combinando el ejercicio cardiovascular con ejercicios de fuerza.	X	21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

PEQUEDEPORTE

Nacidos desde 2020 a 2022.

	DÍAS	HORA
Técnica que tiende a favorecer, por el dominio del movimiento corporal, la relación que el niño establece con el mundo que le rodea.	L-X	16:45 - 17:45

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**

ZUMBI KIDS

Para niños de 5 a 8 años.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos. 2 días 1 hora 35,00 e/trimestre	M-J	17:45 - 18:45

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre **(ADM 25,00 €)**

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

TF DANCE FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de todos los tiempos.	M-J	19:45 - 20:30

2 días (45 minutos) - 38,80 €/trimestre **(ADM 29,40 €)**

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonía entre el cuerpo y la mente.

TF BIENESTAR

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Disciplina que fusiona Taichí, Yoga y Pilates, que hará sentir tu cuerpo y mente en armonía y libre de estrés, mediante ejercicios de tonificación y relajación.	M-J	09:00 - 10:00

Lléname de energía!

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

GIMNASIA SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad dirigida a mayores, que mejora la condición física y fomenta hábitos saludables.	L-X	16:00 - 16:45
	M-J	12:00 - 12:45
		16:00 - 16:45

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre **(ADM 17,00 €)**

TF YOGA FLEX

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Consigue equilibrar cuerpo, mente y espíritu a través del yoga y los estiramientos.	L-X-V	13:30- 14:00

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TF PILATES MAT

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	L-X-V	11:15 - 12:00
		12:00 - 13:00
	L-X	19:45 - 20:30
		20:30 - 21:15
	M-J	10:00 - 11:00
		13:00 - 13:45
		16:45 - 17:45
		18:45 - 19:45

3 días (45 minutos) - 47,70 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**

3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**



TF ZONA MEDIA

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de fortalecimiento y definición para el abdomen y espalda altamente efectivo.	L	21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TAI CHI – KUNG FU

Nacidos en 2021 y anteriores

Actividad promovida por Club Kung Fu Torrejón

Artes marciales chinas con múltiples beneficios físicos y para la salud.

Inscripciones: del 16 al 18 de septiembre de 17:00 a 19:00 h. en CD Juncal. Contacto: Tel. 619 33 18 78 (de lunes a jueves de 17:00 a 20:00 h.); kungfutorrejon@gmail.com y www.kungfutorrejon.es

	DÍAS	HORA
--	------	------

Nacidos entre 2008 y 2020

También actividad familiar, hijo/a menor de 10 años + padre/madre

1 día (60 min.) - 40,6 €/trimestre **(ADM 28,50€)**

	DÍAS	HORA
Nacidos en 2007 y anteriores	V	18:00 - 19:30 19:30 - 21:00

La clase de 18:00 a 19:30 sería nivel intermedio/avanzado y la de 19:30 a 21:00 para nivel iniciación

1 día (90 min.) - 44,80 €/trimestre **(ADM 35,10€)**

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF ACTIVATE!!

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	M-J	10:00 - 11:00
	V	17:00 - 17:30

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TF ACTIVATE PLUS+

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	M-J	20:45 - 21:15

2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

TF BODY TRAINING

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de entrenamiento cardiovascular y de tonificación localizada mediante ejercicios fáciles y seguros.	L-X	19:45 - 20:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

TF GAP PLUS

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo, abdomen y pierna.	M-J	15:30 - 16:00
	V	17:30 - 18:00

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TF TÁBATA STRETCH

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	J	21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 € **(ADM 8,40 €)**

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

BAILE INFANTIL

Nacidos desde 2019 a 2021.

	DÍAS	HORA
Trabajo psicomotor a través del baile.	L-X	16:45 - 17:30
	V	18:00 - 18:45

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

1 día (45 minutos) - 14,00 €/trimestre **(ADM 9,50 €)**

URBAN DANCE I

Nacidos desde 2014 a 2018.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos.	L-X	17:30 - 18:15

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

URBAN DANCE II

Nacidos desde 2009 a 2013.

	DÍAS	HORA
	L-X	18:15 - 19:15

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

TF DANCE FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de todos los tiempos.	L-X	19:00 - 19:45
	M-J	19:00 - 19:45

2 días (45 minutos) - 38,80 €/trimestre **(ADM 29,40 €)**

TF ZUMBY-GYM

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Si quieres ponerte en forma mediante sencillos pasos de ritmos latinos, esta es tu actividad.	L-X	20:45 - 21:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

TF ZUMBY-FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Si te gusta bailar y tonificar, esta es tu clase.	M-J	19:45 - 20:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonía entre el cuerpo y la mente.

TF ESPALDA SANA

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad para fortalecer la musculatura dorsal y corregir problemas posturales.	M-J	16:00 - 16:30
	V	16:30 - 17:00

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

TF ZONA MEDIA

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de fortalecimiento y definición para el abdomen y espalda altamente efectivo.	M	21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TF YOGA FLEX

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Consigue equilibrar cuerpo, mente y espíritu a través del yoga y los estiramientos.	V	19:45 - 20:30

1 día (45 minutos) - 17,35 €/trimestre **(ADM 12,60 €)**



TF PILATES MAT

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	M-J	09:15 - 10:00
		11:00 - 12:00
		12:00 - 13:00
	L-X	15:45 - 16:45
	L-X-V	09:45 - 10:30
		10:30 - 11:15
		11:15 - 12:00
	V	18:45 - 19:45

3 días (45 minutos) - 47,70 €/trimestre **(ADM 37,80 €)**

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre **(ADM 25,20 €)**

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

1 día (1 hora) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

PABELLÓN SONIA ABEJÓN

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF ACTIVATE!!

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	L-X	19:15 - 20:15
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)		



TF ACTIVATE PLUS+

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	M-J	19:15 - 20:15
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)		

TF TÁBATA HIT - STRETCH

Nacidos desde 1960 a 2010.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas. Intensidad alta.	L-X	20:15 - 21:15
2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)		

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

ESCUELA MULTIDEPORTE

Nacidos desde 2018 a 2022.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes de raqueta...)	M-J	17:15 - 18:15 18:15 - 19:15
2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €)		

DEPORTES INDIVIDUALES

Actividades a través de convenios de colaboración con clubes deportivos de Torrejón de Ardoz.

Los clubes ofertan a través de los precios aquí reflejados, los correspondientes entrenamientos (escuelas).

La actividad competitiva y opcional conllevará cuotas adicionales.

Ver normativa general de inscripciones.

ESGRIMA

Actividad promovida por Sala de Armas Torrejón.

Contactar en EDWIN ROMERO. salaesgrimatorrejonardoz@gmail.com
Tel.: 689 526 775

Inscripción: 2 y 4 de septiembre de 17.00-21.00 h. A partir del 1 de octubre en el horario de actividad.

INSTALACIÓN		DÍAS	HORA
PABELLÓN JORGE GARBAJOSA	INFANTIL	L-X	17:00 - 18:00
	8-12 años según nivel	y/o V	
	JUVENIL	L-X	18:00 - 19:00
	De 13 a 16 años	y/o V	
ADULTOS		L-X-V	19:00 - 20:00
	Según nivel		20:00 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.

Infantil/Juvenil: 2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

Adultos: consultar tarifas con el Club



FRONTENIS

Desde 6 años.

Inscripción: Atención presencial 8 y 10 de septiembre de 17.00 a 18.00 h. en la CD Joaquín Blume. C/ Joaquín Blume s/n. Es necesario hablar previamente con el Club Pelota Torrejón en horario de actividades. dajugon@hotmail.com. 677 65 27 77

Actividad promovida por Club Pelota Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	M-J	17:00 - 18:00

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

TRIATHLON INFANTIL

De 6 a 17 años.

Inscripción: desde el 1 de septiembre de lunes a jueves en el correo tritorrejon@gmail.com. A partir de los 18 años consultar en 605 62 31 49 y 630 590 693

Actividad promovida por Club Triathlon Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL - Velódromo	L	18:30 - 20:30
C.D. LONDRES - Piscina	M	19:30 - 21:30
C.D. JOAQUÍN BLUME - Pista de atletismo	X	18:30 - 20:30
C.D. J.A. SAMARANCH - Piscina	S	12:00 - 14:00

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 42,20 €/trimestre **(ADM 30,40 €)**

ATLETISMO ADULTOS

Desde 16 años.

Inscripción: desde el 7 de septiembre de lunes a viernes en el C.D. Joaquín Blume (pista de atletismo). C/ Joaquín Blume s/n. Horario de 18:30 a 20:30 h. clubatletismotorrejon@gmail.com y <https://atletismotorrejon.blogspot.com>. Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L a V	Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

ATLETISMO INFANTIL

De 6 a 15 años.

Inscripción: desde el 7 de septiembre en C.D. Joaquín Blume (pista de atletismo). Horario de 17:15 a 18:30 h. clubatletismotorrejon@gmail.com. Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L a J	Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

ATLETISMO PARQUE CATALUÑA

Inscripción: los días 3 y 4 de septiembre en la Sede del Club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). Horario de 17:00 a 19:00 h. Actividad promovida por Club Deportivo Parque Cataluña.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

CICLISMO

Actividad gestionada por el Club Ciclista Torrejón

Sede: C.D El juncal (C/ Londres 25). A partir del 8 de septiembre, martes de 18.00 a 20.00 h. Contacto: Ivan Hernandez tel. 600422170
Horarios de actividad, según valoración de nivel y edad

AJEDREZ

Según edad y nivel.

Inscripción: presencial los sabados 12, 19 y 26 de septiembre de 10.00 a 13.00 h. en el Club Ajedrez. C/ Granados, 29. Tlf: 687 86 87 94. escuelas.ajedrez.torrejon@gmail.com.

Actividad promovida por Club Ajedrez Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C/ GRANADOS, 29	L	17:30 - 21:00
Horario según nivel	M	17:30 - 21:00
	X	17:30 - 21:00
	V	17:30 - 21:00
	S	10:00 - 13.30

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

GINNASIA RÍTMICA

Inscripción: 7 y 9 de septiembre en el Pabellón Sonia Abejón. C/ La plata s/n, de 17:00 a 19:00 h. 8 y 10 de septiembre en el C.D. Londres. C/ Londres 11. de 17:00 a 19:00 h. escuelas@ritmicatorrejon.es

Descargar formulario y acudir a la instalación deseada con él cumplimentado. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Escuela Gimnasia Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	M-J	16:30 - 17:15*
		17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	L-X	17:15 - 18:15*

* Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre (ADM 35,00 €)

2 días (45 minutos) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

ARTES MARCIALES

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

JUDO INFANTIL

De 5 a 14 años

Inscripciones: acudir con hoja de inscripción cumplimentada.

7 y 9 de septiembre de 18:00 a 19:00 h. en C.D. El Juncal. Tlf: 666 49 30 81. judocorredor@gmail.com. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad. Actividad promovida por Club Corredor del Henares.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X	17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00
		19:00 - 20:00
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	M-J	17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00
		19:00 - 20:00
CENTRO POLIV. ABOGADOS DE ATOCHA	M-J	17:00 - 19:00
		18:00 - 19:00

Actividad gestionada por el Club.

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

JUDO ADULTOS

A partir de 15 años.

Inscripciones: 8 y 10 de septiembre de 19:00-20:00, en el Pabellón Sonia Abejón. judocorredor@gmail.com. Tlf: 666 49 30 81

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad. Actividad promovida por Club Corredor del Henares.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X	20:00
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	M-J	20:00

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 56,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**

KARATE INFANTIL

Según edad y nivel. De 5 a 13 años.

Inscripciones: solicitud a entregar por el club y rellenar en el momento los días 14 y 16 de septiembre M4 Sonia Abejón de 18:00 a 20:00 h. y días 15 y 17 de septiembre en C.D. Juncal, de 18:30 a 20:30 h. karatetorrejon@yahoo.es

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	M-J	16:30 - 17:30
		17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	L-X	16:30 - 17:30
		17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30
CENTRO POLIV. ABOGADOS DE ATOCHA	L-X	17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre **(ADM 35,00 €)**

PARAKARATE

Infantil y adultos.

Inscripciones: solicitud a entregar por el club y cumplimentar en el momento, los días 14 y 16 de septiembre M4 Sonia Abejón, de 18:00 a 20:00 h., y días 15 y 17 de septiembre en C.D. Juncal de 18:30 a 20:00 h.

Horario de la actividad a determinar por el club. karatetorrejon@yahoo.es

KARATE ADULTOS

A partir de 14 años.

Inscripciones: a entregar por el club y rellenar en el momento días 14 y 16 septiembre en M4 Sonia Abejón de 18:00 a 20:00 h, y días 15 y 17 septiembre en C.D. Juncal de 18:30 a 20:00 h. karatetorrejon@yahoo.es. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	M-J	19:30 - 21:00
M-4	L-X	19:30 - 20:30

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 56,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**

2 días (1,5 horas) - 84,30 €/trimestre **(ADM 65,40 €)**

PATINAJE ARTÍSTICO. CLUB DIAMOND

Inscripciones: desde el 1 de septiembre. Contactar en el correo clubpatinajediamond@gmail.com o en el tlf. 624 59 95 58 en horario de 10:00 a 14:00 h.

Niveles: INICIACIÓN, AVANZADO y ADULTO

Actividad promovida por el Club Patinaje Diamond.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	NIVEL
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	17:00 - 18:00	Según Valoración del club
	M-J-V	17:00 - 21:00	
CD LONDRES	L-X	18:00 - 21:00	
	M-J	19:00 - 20:00	
	V	19:30 - 21:00	
	S	11:00 - 14:00	

PATINAJE INFANTIL

4 a 15 años.

Inscripciones: 1 y 2 septiembre, de 18:00 a 20:00 h. C.D Londres. Tlf. 67 7507 416

Actividad promovida por Club Patín Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	L-X	Hockey Patines
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
	Avanzado	18:00 - 19:00*
	M-J	Patinaje Artístico
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00
	V	18:00 - 19:30*

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

1 día (1 h. 30 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

2 días (45 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

PATINAJE ADULTO

Desde 16 años.

Inscripción: 1 y 2 de septiembre de 18.00 a 20.00 C.D. Londres. Tlf. 677 507 416. En el correo clubpatintorrejon@gmail.com.

Actividad promovida por Club Patín Torrejón. Tlf: 677 50 74 16.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	V	16:30 - 18:00*

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

1 día (1 h. 30 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

2 días (45 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

* Por causas climatológicas se podrán suspender las clases debido al estado de la pista.



PÁDEL

Inscripciones: sólo para empadronados. 8 y 9 de septiembre en el C.D. El Juncal. C/ Londres, 25. De 18:00 a 20:00 h.

Actividad promovida por el CLUB PADEL TORREJÓN.
cdepadeltorrejonescuelas@gmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	L a D	Según nivel
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L a D	Según nivel

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

Inscripción: 3 y 4 de septiembre en la sede del club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados). De 18:00 a 19:30 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	Según edad y nivel

Infantil: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestre **(ADM 27,80 €)**

Adulto: 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestre **(ADM 100,20 €)**

TENIS

Inscripciones: 8, 9 y 10 de septiembre. C.D. Joaquín Blume (oficina Club Tenis Torrejón). De 18:00 a 20:00 h. Tlf: 675 642 605 / 629 872 525.
clubdetenistorrejon@clubdetenistorrejon.com.

2 de septiembre: Día de Puertas Abiertas de escuelas de tenis.
Pruebas de nivel de 18.00 a 21.00 h.

Actividad promovida por Club de Tenis Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X o M-J	Según nivel
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

INFANTIL

Iniciación: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestral **(ADM 27,80 €)**

Avanzado: 2 días (1 hora) - 48,90 €/bimestral **(ADM 40,20 €)**

2 días (1 h. 30 min) - 74,30 €/bimestral **(ADM 60,50 €)**

Perfeccionamiento: 2 días (1 h. 30 min.) 104,90 €/bimestral **(ADM 85,80 €)**

ADULTO - 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestral **(ADM 100,20 €)**

TENIS DE MESA

Inscripciones: Contactar con el club tenisdemesatorrejondeardoz@gmail.com. Teléfonos: 621 206 232/ 686 064 874

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
I.E.S. PALAS ATENEA	M - J	17:30 - 18:30 18:30 - 19:30

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestre **(ADM 27,80 €)**

NATACIÓN

Inscripciones: a partir del 19 de septiembre, L y X de 17:00 a 19.00h.
CD JA Samaranch. Actividad promovida por el Club de Natación Torrejón.
Contacto: secretariado@cdntorrejon.org

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CD JA SAMARANCH	L-V	Según edad y categoría

Niveles altos de natación (prueba de nivel). Será necesario obtener la licencia federativa del año en curso

ESCALADA

Entrenamiento (infantil/adulto).

Inscripciones: desde el 7 de septiembre, de lunes a jueves, a través del correo club@nemus.org o 619 801 526. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad. Actividad promovida por el Club de Montaña Nemus.

Curso de octubre a junio

CATEGORÍA	DÍAS	HORA
INFANTIL	L-X	17:30 -18:30
	M-J	17:30 - 18:30
ADULTO (*)	L-X	17:30 - 21:00
	M-J	17:30 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.

Infantil: 2 días (1 hora) - 59,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**

Adulto: 2 días (1 hora) - 76,00 €/trimestre **(ADM 55,00 €)**

(*) 2 horas de entrenamiento dirigido durante el horario y días elegidos

ESCALADA

4 trimestres del 01/07/26 al 30/6/27

Uso libre

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN JAVI LIMONES	L a V	16:00 - 21:30
	S-D-F	10:00 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.

Uso libre: 27,00 €/trimestre **(ADM 13,50 €)**
Socio Club Montaña Nemus: 13,50 €/trimestre **(ADM 9 €)**
Entrada de un día: 5,40 € **(ADM 4,20 €)**
Trimestre julio-septiembre: 13,50 € **(ADM 9 euros)**
Matrícula: 12,10 € **(ADM 6 euros)**



DEPORTES
DE EQUIPO

BALONCESTO | BALONMANO | VOLEIBOL
FÚTBOL | FÚTBOL-SALA

INSCRIPCIONES:

A través de los clubes que mantienen convenios de colaboración con la Concejalía de Deportes. Las categorías contempladas son: PREBENJAMÍN, ALEVÍN, INFANTIL, JUVENIL, CADETE y JUNIOR.

Los precios aquí reflejados incluyen dos horas de actividad a la semana. Cualquier actividad adicional ofertada por el club conllevará aumento del precio.

BALONMANO

Según edad y nivel.

Inscripción: 7, 9 y 10 de septiembre de 17:30 a 19:00 h. en el Pabellón Nuria Fernández. Personas interesadas pueden ponerse en contacto con: info@balonmanotorrejon.com

Actividad promovida por Club Balonmano Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	AÑO NACIMIENTO
CEIP ANTONIO MACHADO	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
CEIP ANDRÉS SEGOVIA	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
GINER DE LOS RÍOS	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
JAIME VERA	M-J	16:00 - 17:00	2015-2020
JUAN RAMÓN JIMÉNEZ	M-J	16:00 - 17:00	2015-2020
CEIP MIGUEL DE CERVANTES	M-J	16:00 - 17:00	2013-2014
CD JOAQUÍN BLUME	L-X-V	17:15 - 19:15	2013-2014

Actividad gestionada por el Club.
2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

BALONCESTO

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Básquet Torrejón

Inscripción: 14 y 16 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. 670 788 772, De 18:00 a 20:00 h. informacion.tbs@gmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN NURIA FERNÁNDEZ	L-X	17:00 - 18:00
PABELLÓN JAVI LIMONES	M-J	18:15 - 19:15

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

Inscripción: 3 y 4 de septiembre. C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). De 17:00 a 19:0 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PARQUE DE CATALUÑA	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

Inscripción: desde el 1 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). De 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.E.I.P. SEVERO TORREJÓN	L-X o M-J	Según nivel

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 27,80 euros/ trimestre **(ADM 19,00 €)**

El número de plazas para escuela con inscripción con ADM es limitado.

RUGBY

Actividad promovida por el Club de Rugby

Inscripción: desde el 1 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. Tels.: 641 60 05 26 / 619 25 54 95. M-J de 18:00 a 20:00 en Campo de Rugby

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	NIVEL
CAMPO RUGBY	M-J	17:30 - 18:30	Sub 6-8-10
	M-J	18:30 - 20:00	Sub 14-16-18
	M-J	20:00 - 21:45	Adulto

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

VOLEIBOL

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Voleibol Torrejón

Inscripción: desde el 1 de septiembre. Pabellón M4-Sonia Abejón. Horario de oficina: martes, jueves y viernes de 18 a 20 h. Tlf. 641 946 672 secretariacvtorrejon@gmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN M4-SONIA ABEJÓN	L-X o M-J	Según nivel
COMPLEJO DEPORTIVO ZONA CENTRO JOSÉ ANTONIO PARAÍSO	L-X o M-J	Según nivel

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

BEISBOL

Niños de 7 a 15 años.

Actividad gestionada por el Club de softball Torrejón de Ardoz

Contacto: en horario de 9.00 a 14.00 y de 17 a 21.00 h. contactando a los tels: 682 07 17 57/623 46 39 10. Campo de softball, C.D. Joaquín Blume.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
HORARIO DE VERANO	L-X-V	17:30-19-30
HORARIO DE INVIERNO	L-X-V	16:30-18-30

FÚTBOL

Según edad y nivel.

Clubs: A.D. JUVENTUD, PEÑA TORREJONENSE, A.D. LA PLATA, FUTBOLELLAS C.F.F., C.D. ARDOZ, A.D. TORREJÓN C.F.

Actividad gestionada por el Club.

Información en la Oficina de Coordinación Deportiva. C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). De lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**



FÚTBOL-SALA

Según edad y nivel.

Actividad promovida por C.D. Torrejón Sala Five Play

Disponible equipos femeninos. Inscripción: 9 y 11 de septiembre.
C.D. Joaquín Blume. Tlf: 696 86 71 93 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club Torrejón Juncal

Inscripción: 8 y 10 de septiembre. C.D. Juncal. Tlf. 669 603 683 / 645 818 557 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COLEGIO LA ZARZUELA	L-X	16:00 - 18:00*
	M-J	16:00 - 18:00*
COLEGIO UNO DE MAYO	X-V	16:00 - 19:30*
	M-J	16:00 - 19:30*

*Según edad

Actividad promovida por Club A.D. Severo Torrejón

Inscripción: Desde el 1 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). Tlf: 637 71 13 12 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.P. SEVERO OCHOA	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club C.F.S. Limones 5

Inscripción: 1 y 4 de septiembre. C.D. Joaquín Blume.
Tlfs: 692 155 931 y 669 630 414 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club C.D. Ciudad de Torrejón

Prenscripción: 7 y 9 de septiembre. Pistas exteriores del C.D. Joaquín Blume. Tlf: 600 52 36 92. De 19.00 a 21.00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	M-J	según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €)

NATACIÓN

NORMAS DE MATRÍCULA

1. Nuevas inscripciones (solo para empadronados)

1.1. Natación (excepto Bebés y Preinfantil) y resto de actividades acuáticas

Concertando cita previa desde el 31 de agosto al 20 de septiembre

- Vía on line: aytotorreon.depsite.net
- De forma presencial:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
Teléfono: 91 656 31 11
 - Complejo Deportivo Calle Londres
Teléfono: 91 656 14 83
 - De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21.00 horas

Inscripciones del 8 al 20 de septiembre (según cita)

1.2. Natación Bebé y Preinfantil

Del 1 al 15 de septiembre recoger, en horario de atención al público, número de sorteo para nuevas inscripciones en cursos de NAT. BEBÉS y NAT. PRE-INFANTIL. Complejo Deportivo Londres (c/ Londres, 11). Ciudad Deportiva Joaquín Blume (c/ Joaquín Blume s/n).

16 septiembre publicación del sorteo orden de atención al público, en listados impresos en las instalaciones deportivas y en la página web de deportes <http://www.deportes-torreon.es>, el resultado del sorteo con el día y hora en el que será atendido en C.D. Joaquín Blume (c/ Joaquín Blume s/n), para cambio y/o modificación de curso.*

Desde el 21 de septiembre se atenderá el orden del resultado del sorteo para los cursos de NAT. BEBÉS y NAT. PRE-INFANTIL.

Sólo se podrá recoger un número por usuario y actividad para el sorteo. En caso de que un usuario tenga más de un número perderá su derecho a participar en el sorteo, no habiendo lugar a reclamación alguna.

* De no presentarse en el día y hora obtenido en el sorteo, perderá su turno de atención. Se procederá a asignarle un nuevo turno después de la última atención establecida en el sorteo.

1.3. Atención Normalizada (sin cita previa)

Desde el 28 de septiembre (para empadronados y no empadronados).

C.D. LONDRES. Tlf: 91 656 14 83.
C.D. JOAQUÍN BLUME. Tlf: 91 656 31 11.
C.D. J.A. SAMARANCH. Tlf: 91 677 33 08.
C.D. EL JUNCAL. Tlf: 91 677 90 70 (desde 1 de octubre).

2. Documentación

Hoja de inscripción junto con prueba de nivel sellada y firmada. Necesaria para los grupos de natación adulto, natación infantil I y II y natación mayores.

3. Pruebas de nivel. Natación infantil, adulto y mayores

Previamente a la formalización de la inscripción deberá realizar la prueba de nivel (no es necesaria cita previa):

- Del 1 al 15 septiembre (L a V)
De 16:30 a 20:30 horas. Piscina Londres, Piscina J. Blume
- Una vez iniciado el curso solicitar una prueba de nivel mediante cita previa de lunes a viernes, de 16:30 a 19:30 h.

Para realizar prueba de nivel deberá acudir con bañador, gorro, chanclas, etc.

4. Grupos por edades

- **Bebés:** nacidos en 2025 y 2026 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).
- **Pre-Infantil:** nacidos en 2023 y 2024.
- **Infantil I:** nacidos desde 2018 a 2022.
- **Infantil II:** nacidos desde 2012 a 2017.
- **Adulto:** nacidos desde 1964 a 2010
- **Tercera Edad:** nacidos en 1963 y anteriores.

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2025 y 2026 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).

	DÍAS	HORA
Actividad en la que a través del juego-placer-estímulo se busca una experiencia afectiva con los padres.	S ó D	11:15-11:45 11:45-12:15 12:15-12:45

1 día (30 min.) - 33,00 €/bimestre (ADM 22,70 €)

NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2023 y 2024.

	DÍAS	HORA
Actividad que avanza en el dominio del medio acuático sin acompañamiento de padres.	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	S	09:45-10:15 10:15-10:45 10:45-11:15 12:45-13:15
	D	09:45-10:15 10:15-10:45 10:45-11:15 12:45-13:15 13:15-13:45

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17,00 €)

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2018 a 2022.

	DÍAS	HORA
Básico	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:00-17:00 18:00-19:00
	S	10:00-11:00 11:00-12:00 12:00-13:00 13:00-14:00
	D	10:00-11:00 11:00-12:00 12:00-13:00 13:00-14:00
Intermedio	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:00-17:00 17:00-18:00 19:00-20:00
	S	10:00-11:00 11:00-12:00 13:00-14:00
	D	11:00-12:00 13:00-14:00
Avanzado	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30 18:30-19:00 19:00-19:30
	V	16:30-17:30 17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00
	S	12:00-13:00 12:30-13:30
	D	10:30-11:30 12:30-13:30

	DÍAS	HORA
Perfeccionamiento	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:30-17:30 19:00-20:00
	S	12:00-13:00
	D	10:30-11:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN INFANTIL II

Nacidos desde 2012 a 2017.

NIVEL	DÍAS	HORA
Intermedio	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	V	19:30-20:30
	S	11:30-12:30 12:30-13:30
	D	10:00-11:00 12:00-13:00
Avanzado	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	V	17:30-18:30 18:30-19:30
	S	10:30-11:30 11:30-12:30
	D	11:30-12:30 12:30-13:30
Perfeccionamiento	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	V	17:30-18:30 18:30-19:30
	S	10:30-11:30
	D	11:30-12:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1964 a 2011.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	15:30-16:00 19:30-20:00
	M-J	09:30-10:00 12:00-12:30 19:00-19:30 20:00-20:30
Intermedio	L-X	11:00-11:30 19:30-20:00
	M-J	10:30-11:00 11:00-11:30 19:30-20:00
	V	20:00-21:00
Avanzado	L-X	10:00-10:30 20:00-20:30
	M-J	11:00-11:30 15:30-16:00 19:30-20:00 20:30-21:00
	V	19:30-20:30
	S	09:30-10:30
	D	09:30-10:30
Perfeccionamiento	S o D	09:30-10:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)



NATACIÓN SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	10:30-11:00 11:00-11:30
		15:30-16:00 19:30-20:00
	M-J	09:30-10:00 11:30-12:00
		12:00-12:30 19:00-19:30
Intermedio	L-X	11:00-11:30 19:30-20:00
		10:30-11:00 11:00-11:30
	M-J	11:30-12:00 19:30-20:00
		20:30-21:00
Avanzado	L-X	10:00-10:30 20:00-20:30
	M-J	11:00-11:30 20:30-21:00

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

NATACIÓN CORRECTIVA

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos en 2009 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad física acuática terapéutica para mejorar/atenuar problemas no severos del aparato locomotor	L-X	12:00-12:30
	M-J	10:00-10:30 18:30-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)



NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa consulta.

	DÍAS	HORA
Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.	V	15:50-16:20 16:20-16:50
	S	16:50-17:20 17:20-17:50
		13:15-14:00

C.D. LONDRES. 1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre. **No abonan matrícula.**

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Actividad acuática adaptada para personas en estado de gestación.

	DÍAS	HORA
	L-X	18:30-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2025 y 2026 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).

	DÍAS	HORA
Actividad en la que a través del juego-placer-estímulo se busca una experiencia afectiva con los padres.	L o X	17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	M o J	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	S o D	10:00-10:45 10:45-11:30
		11:30-12:15 12:15-13:00

1 día (45 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 33,00 €/bimestre (ADM 22,70 €)

NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2023 y 2024.

	DÍAS	HORA
Actividad que avanza en el dominio del medio acuático sin acompañamiento de padres.	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	V	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30 18:30-19:00
	S ó D	10:00-10:45 10:45-11:30
		11:30-12:15 12:15-13:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17,00 €)

1 día (45 min.) - 36,50 €/bimestre (ADM 25,50 €)

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2018 a 2022.

	DÍAS	HORA
Básico / Intermedio	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
		18:00-19:00 19:00-20:00
	S ó D	09:30-10:30 10:30-11:30
		11:30-12:30 12:30-13:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)



NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa valoración técnica.

Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.

	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME	V	16:00-16:30 16:30-17:00
Valoración técnica		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	S	13:00-13:45
	D	13:00-13:45

1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre. **No abonan matrícula.**

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Actividad acuática adaptada para personas en estado de gestación.

	DÍAS	HORA
	M-J	19:00-19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

COMPLEJO DEPORTIVO
JUAN ANTONIO SAMARANCH

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2018 a 2022.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
	S	10:00-11:00
Intermedio	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
	S	11:00-12:00
Avanzado	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
	S	10:00-11:00 12:00-13:00
Perfeccionamiento	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	19:00-20:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN INFANTIL II

Nacidos desde 2012 a 2017.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	M-J	18:30-19:00
Intermedio	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30
	V	16:00-17:00 19:00-20:00
	S	10:00-11:00 11:00-12:00

NIVEL	DÍAS	HORA
Avanzado	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30 18:30-19:00
	V	17:00-18:00 18:00-19:00
	S	19:00-20:00
Perfeccionamiento	L-X	11:00-12:00 12:00-13:00
	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30 18:30-19:00
	V	18:00-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1964 a 2011.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00 19:00-19:30
Intermedio	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00 19:00-19:30
Avanzado	M-J	10:00-10:30 19:30-20:00
Perfeccionamiento	M-J	10:00-10:30 19:30-20:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00
Intermedio	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00
Avanzado	M-J	10:00-10:30
Perfeccionamiento	M-J	10:00-10:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

TF AQUAPILATES

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥ Suave

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático.	L-X	19:00-19:30 20:30-21:00
	M-J	11:30-12:00 19:00-19:30
	V	18:00-18:45

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)

2 días (30 min.) - 49 €/bimestre (ADM 34 €)

TF AQUAEROBIC

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥ Media

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático de forma coreográfica	L-X	19:30-20:00 21:00-21:30
	M-J	20:00-20:30
	V	18:45-19:30

2 días (30 min.) - 49 €/bimestre (ADM 34 €)

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)

TF SWIMMING TRAINING Perfeccionamiento

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1961 a 2010.

NIVEL	DÍAS	HORA
Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación	L-X	20:00-20:30 20:30-21:00
	M-J	15:30-16:00 19:30-20:00
	V	20:00-21:00
	S	09:30-10:30
	D	09:30-10:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

TF AQUAGYM

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

NIVEL	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático encaminados a la mejora cardiovascular	L-X	20:00-20:30
	M-J	21:00-21:30
	V	19:30-20:15

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34 €)

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)

AQUASALUD

Nacidos desde 1961 a 2010.

NIVEL	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	16:00-16:30
	V	10:00-10:30 10:30-11:00
		11:00-11:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17,00 €)

TF AQUAEXTREM

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1961 a 2010.

NIVEL	DÍAS	HORA
Entrenamiento del acondicionamiento físico de alta intensidad	M-J	20:00- 20:30

2 días (30 min.) - 49,00€/bimestre (ADM 34,00 €)

AQUASALUD MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	10:30-11:00 11:30-12:00 16:00-16:30
	M-J	10:30-11:00 12:00-12:30
	V	10:00-10:30 10:30-11:00 11:00-11:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

1 día (30 min.) - 8,90 €/bimestre (ADM 6,80 €)

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME**TF AQUADANCE**

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Actividad coreografiada dentro del agua. No requiere saber nadar	L-X	20:15-21:00
	M-J	19:00-19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre (ADM 51,00 €)

**TF AQUADINAMIC**

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Actividad física de tonificación cardiovascular para la mejora de la condición física	V	19:00-20:00

1 día (1 hora) - 49 €/bimestre (ADM 34 €)

TF AQUAPILATES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático	L-X	19:00-19:30 21:00-21:30
	M-J	11:30-12:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34 €)

TF AQUAGYM

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático encaminados a la mejora cardiovascular.	L-X	18:30-19:00 19:30-20:15
	M-J	09:30-10:00 18:30-19:00 20:15-21:00
	V	18:30-19:00 20:00-21:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34 €)

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre (ADM 51 €)

1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17 €)

1 día (1 hora.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34 €)

AQUASALUD

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥ Suave

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	10:30-11:15
	M-J	10:00-10:30
		16:00-16:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre (ADM 51,00 €)

TF AQUAFIT

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥ Media

	DÍAS	HORA
Actividad en el medio acuático de definición muscular que se desarrolla en piscina poco profunda.	M-J	12:30 - 13:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00€)

TF AQUAEXTREM

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥♥ Alta

	DÍAS	HORA
Entrenamiento del acondicionamiento físico de alta intensidad	M-J	19:30 - 20:15

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre (ADM 51,00€)

AQUAPILATES MAYORES

Nacidos desde 1963 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático.	M-J	11:30-12:00
	V	09:30-10:30

1 día (1 hora) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

AQUASALUD MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

	DÍAS	HORA
Trabajo saludable en el medio acuático.	L-X	09:45-10:30 10:30-11:15
		11:15-12:00 16:00-16:30
	M-J	10:00-10:30 10:30-11:00
		11:00-11:30 12:00-12:30
		16:00-16:30
	V	10:30-11:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

2 días (45 min.) - 26,55 €/bimestre (ADM 20,40 €)

1 día (1 hora) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

AQUAGYM MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

	DÍAS	HORA
Actividad que entrena la fuerza y la mejora cardiovascular con baja intensidad (un corazón de intensidad)	L	09:30-10:00

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

COMPLEJO DEPORTIVO JUAN ANTONIO SAMARANCH**TF SWIMMING TRAINING** Perfeccionamiento

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥♥ Alta

NIVEL	DÍAS	HORA
Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación.	M o J	09:30-10:30

1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

COMPETICIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES

DEPORTES DE EQUIPO

FÚTBOL 11 y FÚTBOL 7 (octubre a junio)

- **Organiza:** Comité Local de Fútbol (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 56 19 21
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, aficionado, fútbol 7 senior, fútbol 7 veteranos y fútbol 7 femenino.

FÚTBOL SALA (octubre a junio)

- **Organiza:** Comité Local de Fútbol Sala (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 77 84 03
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete, juvenil y senior.

BALONCESTO (noviembre a mayo)

- **Organiza:** Delegación de la Federación Madrileña de Baloncesto (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 77 18 70
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y senior.

VOLEIBOL (noviembre a abril)

- **Organiza:** Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). Tel.: 916 77 90 70
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- **Categorías:** prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil.



DEPORTES INDIVIDUALES

La Concejalía de Deportes, a través de diferentes organizaciones, convoca competiciones de carácter local o mancomunado con otros municipios y en las siguientes modalidades:

En deportes individuales (TENIS, NATACIÓN, GIMNASIA RÍTMICA, KARATE y JUDO), los clubes deportivos de la localidad convocan oportunamente las diferentes competiciones a celebrar.

Para mayor información contactar con Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). Tels.: 916 77 90 70 / 916 60 04 40. Lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.

ACTIVIDAD FÍSICA INTEGRAL [AFI]

TEMPORADA DE INVIERNO

CINCO BIMESTRES 01/09/2026 al 30/06/2027

TURNOS	DÍAS	HORA
TOTAL*	L a V	09:00 - 22:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00
60,00 euros/bimestral (ADM 30,00 euros)		
MEDIUM*	L a V	09:00 - 17:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00

46,00 euros/bimestral (ADM 23,00 euros)

Entrada de día: 5 €

TEMPORADA DE VERANO

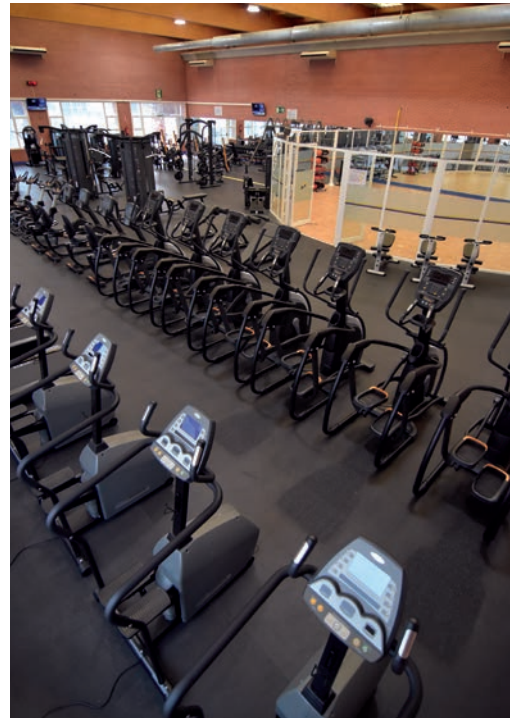
UN BIMESTRE 01/07/2026 al 31/08/2027

TURNOS	DÍAS	HORA
VERANO	L a V	09:00 - 22:00
	S-D-F	09:00 - 14:00

36,00 euros/bimestral (ADM 18,00 euros)

Entrada de día: 5 €

* En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a estos precios. Edad mínima necesaria para acceder: 16 años cumplidos.



INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME

C/ Joaquín Blume s/n. Tel. 916 56 31 11

C.D. EL JUNCAL

C/ Londres, 25 - Tel. 916 77 90 70

C.D. LONDRES

C/ Londres, 11 - Tel. 916 56 14 83

C.D. J.A. SAMARANCH

C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 77 33 08

adm

abono
deportivo
municipal



Más información en los centros deportivos
www.deportes-ayto-torreon.es

adm abono
deportivo
municipal

CUOTAS ADM (la cuota es anual)

INFANTIL (hasta 17 años)	67,20 €	95,00 €**
JOVEN (a partir de 18 hasta 29 años)	103,80 €	145,00 €**
ADULTO (a partir de 30 hasta 64 años)	142,20 €	200,00 €**
MAYORES (a partir de 65 años)	31,80 €	45,00 €**
FAMILIAR (independiente del número de hijos/as) hasta 17 años	271,20 €	380,00 €**
DISCAPACITADO***	31,80 €	45,00 €**
INDIVIDUAL EMPRESAS	142,20 €	

INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME

C/ Joaquín Blume, s/n - Tel. 916 563 111

C.D. EL JUNCAL

C/ Londres, 25 - Tel. 916 779 070

C.D. LONDRES

C/ Londres, 11 - Tel. 916 561 483

C.D. J.A. SAMARANCH

C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 773 308

- ▶ Acceso ilimitado a las piscinas cubiertas y de verano.
- ▶ Modalidad de servicio anual.
- ▶ Prioridad para alquilar instalaciones deportivas e importantes descuentos.
- ▶ Bonificaciones de hasta el 50% en todas las actividades deportivas.

BONOS PISCINA	SÓLO PARA EMPADRONADOS
INFANTIL (20 baños)	42,00 €
JUVENIL (20 baños)	56,40 €
ADULTO (10 baños)	39,60 €
ADULTO (20 baños)	70,20 €
FAMILIAR (30 baños)	84,00 €
INVITADOS (5 baños)	25,00 €

ENTRADAS PISCINA					
VERANO			INVIERNO		
EMPADRONADO	NO EMPADRONADO		EMPADRONADO	NO EMPADRONADO	
	lunes a jueves	V, S, D, Festivo y víspera Festivo			
BEBÉS (de 0 a 2 años)	GRATIS	GRATIS	GRATIS	1,20 €	3,00 €
INFANTIL (de 3 a 14 años)	3,20 €	7,00 €	12,10 €	3,20 €	6,10 €
JUVENIL (de 15 a 17 años)	3,80 €	8,00 €	13,40 €	3,80 €	6,70 €
ADULTOS (de 18 a 64 años)	4,90 €	9,00 €	14,60 €	4,90 €	7,30 €
MAYORES (de 65 años)	1,20 €	4,00 €	6,00 €	1,20 €	3,00 €
DISCAPACITADO***	1,20 €	4,00 €	6,00 €	1,20 €	3,00 €

Entrada a precio reducido piscinas de verano (a partir de las 18:00 h. para todos los tipos de entrada): 50% de los precios estipulados.

* El ADM es un producto con una validez de 365 días desde el momento de su adquisición.

** Precio no empadronados.

*** La discapacidad será aceptada a partir de un 33%.

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a estos precios. Los poseedores de ADM pasarán gratis. Los bonos serán válidos para las temporadas de verano e invierno. Las piscinas municipales cerrarán durante un mes al año por motivos de mantenimiento. NOTA: 50% de bonificación en la adquisición de ADM para miembros de Familia Numerosa de Categoría General y 75% de bonificación para miembros de Familia Numerosa de Categoría Especial. Los descuentos no son acumulables.

TARJETA **FITNESS**



ENTRADA LIBRE PISCINAS INVIERNO

ACCESO A UNA AMPLIA OFERTA DE CLASES (Acuáticas y Colectivas) **TF**

Todas las actividades del folleto marcadas con **TF**

50% DESCUENTO EN BONOS Y ENTRADAS PISCINAS DE VERANO

ACCESO SALA FITNESS (AFI)*

2 ALQUILERES GRATUITOS/MES*
EN INSTALACIONES AL AIRE LIBRE
(excepto campos de fútbol)

Cupo de plazas disponibles en cada actividad

* Reserva preferente

Disfruta de clases como:

CUERPO-MENTE

Bienestar, Pilates, Espalda Sana, Tábata Stretch,
Gimnasia Senior, Yoga-Flex

ACONDICIONAMIENTO

Tábata Hit, Full Tábata, Zona Media, Activate, Activate Plus+,
Body Training, G.A.P., G.A.P. Plus+, En Forma, Running, Body Power, Training-Outdoor,
Abdomen, Suspension Trainer, Funcional Box, Afi Cross, Afi Fitness, Afi Power

CARDIOVASCULAR

Total Body, Zumbi Gym, Zumbi Fitness, Dance Fitness, Ciclo,
Ciclo-Xpress, Global Fusion, Step, Afi Combi

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Aquagym, Aquaerobic, Aquadynamic, Aquadance, Aquaextreme,
AquaPilates, Aquafit, Swimming Training

CATEGORÍAS	PRECIO/MES	PRECIO/MES NO EMPADRONADO
TARJETA FITNESS JÓVEN (a partir de 16 a 29 años)	25,00 €	40,00 €
TARJETA FITNESS (a partir de 30 años)	30,00 €	50,00 €
TARJETA FITNESS PAREJA (incluye los dos miembros de parejas registradas)	50,00 €	85,00 €

| igualdad



NORMAS DE MATRÍCULA

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- **Recogida de solicitudes:** del 2 al 15 de septiembre,
- **Sorteo de grupos:** 16 de septiembre, 12:00 h. Salón de Actos Casa de la Cultura (C/ Londres, 5).
El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- **Exposición listas de admitidos:** 21 de septiembre.
- **Plazo para presentar bajas:** del 22 a 24 de septiembre
- **Horario:** de lunes a viernes, de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00 h.
- **Inicio del curso:** semana del 5 de octubre de 2026.

CALENDARIO DEL CURSO

- PERIODO I: del 5 de octubre al 22 de diciembre de 2026.
- PERIODO II: del 7 de enero al 20 de marzo de 2027.
- PERIODO III: del 29 de marzo al 12 de junio de 2027.

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

La matriculación se llevará a cabo en la Secretaría de Casa de Cultura. Los talleres se impartirán en la Concejalía de Igualdad, Centro Abogados de Atocha, C/ Londres, 11 B. 1ª planta. Tel. 91 678 38 63. e-mail: cursosigualdad@ayto-torrejón.es

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Las alumnas no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeras y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
8. Para el buen desarrollo de las actividades, las alumnas deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.
9. Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de las alumnas.
10. No está permitido comer, fumar, beber... en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
11. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnas podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. La alumna que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en la Casa de Cultura C/Londres, 5.
4. Todas las solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
5. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
6. Cada interesada puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles la interesada podrá optar a más cursos.
7. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
8. Las alumnas que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
9. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
10. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática de la alumna en el curso o taller, dándose opción a participar a la siguiente inscrita en la lista de espera.
11. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
12. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
13. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
14. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
15. Al inicio de las actividades se informará a las alumnas del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Las alumnas respetarán y llevarán a cabo la programación.
16. El material fungible necesario para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de las alumnas.
17. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
18. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
19. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

Síguenos a través de nuestras redes @concejaliaigualdadtorrejon

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027

La matriculación para estos cursos se hará exclusivamente en la Casa de Cultura, C/ Londres, N.º 5, según las normas de matriculación mencionadas en las páginas 78 y 79.

Talleres	Días	Horario	Precio/ periodo (3 periodos)	Plazas
INFORMÁTICA BÁSICA nivel 1 grupo 1	Miércoles	09:30-11:30	39,50 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA nivel 1 grupo 2	Miércoles	17:00-19:00	39,50 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA BÁSICA nivel 2	Lunes	17:00-19:00	39,50 €	Lista de espera
INFORMÁTICA Y MÓVIL nivel 2 grupo 1	Lunes	11:30-13:30	39,50 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA Y MÓVIL nivel 2 grupo 2	Miércoles	11:30-13:30	39,50 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA Y MÓVIL nivel 3	Lunes	09:30-11:30	39,50 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS nivel A2+	Jueves	10:00-12:00	39,50 €	Solo plazas disponibles
INGLÉS nivel B1+	Martes	10:00-12:00	39,50 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

PROGRAMA DE TALLERES DE LA CONCEJALÍA DE IGUALDAD

Información e inscripciones: hasta el 24 de septiembre. A partir del 25 de septiembre puedes seguir inscribiéndote en los cursos en los que hayan quedado plazas disponibles.

Inscripciones: a través de los siguientes códigos QR o presencialmente en la Concejalía de Igualdad.

Concejalía de Igualdad. Centro Polivalente Abogados de Atocha, C/Londres 11B, 1ª Planta. Tel. 916783863/cursosigualdad@ayto-torrejon.es en horario de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h y a partir del 16 de septiembre de 9:30 a 13:30 h y de 16:00 a 18:00 h.

¡Síguenos en nuestras redes! tanto en Facebook como Instagram en [concejaliaigualdadtorrejon!](#)



Código QR talleres
C. Igualdad en FAMILIA



Código QR cursos/talleres
Igualdad



Código QR Jornadas Salud

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Plazas
Familia (menores de 4 a 9 años) "CUENTA TALLER": TÚ ERES PROTAGONISTA EN ESTE CUENTO A través de dinámicas participativas formarás parte de este cuento, donde cuestionaremos los estereotipos de género.	viernes	17:30-19:30	2 de octubre	Prioridad a aquellas familias que no hayan participado con anterioridad en estos talleres

>>

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Plazas
Familia (menores de 4 a 9 años) JUEGO DE ENIGMAS Tendrás que encontrar en familia las pistas ocultas que te llevarán al "tesoro"	viernes	17:30-19:30	16 de octubre	Prioridad a aquellas familias que no hayan participado con anterioridad en estos talleres
LA FAMILIA CHEF (menores de 4 a 9 años) Cocinarás platos de forma corresponsable y divertida junto a tu familia.	viernes	17:30-19:30	6 de noviembre	Prioridad a aquellas familias que no hayan participado con anterioridad en estos talleres
TALLER DE ESCRITURA CREATIVA PARA MUJERES. "SIN RESCATÉ: HISTORIAS DE MUJERES VALIENTES" Un espacio para crear, compartir y transformar a través de la palabra y la fuerza colectiva. 4 sesiones de 2 horas	martes	10:00-12:00	Del 6 al 27 de octubre	Plazas disponibles por orden de inscripción
PASEOS SALUDABLES. "CAMINAMOS JUNTAS EN IGUALDAD" Una oportunidad para compartir, cuidarse y fortalecer redes mientras avanzamos paso a paso. 4 sesiones de 2 horas	jueves	10:00-12:00	Del 8 al 29 de octubre	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER DE RISOTERAPIA PARA MUJERES. REÍR SIN PERMISO: UN ESPACIO PARA SENTIRNOS LIBRES Un espacio para soltar tensiones, reconectar con la alegría y fortalecer el bienestar emocional a través de la risa compartida. 4 sesiones de 2 horas	viernes	10:00-12:00	Del 16 de octubre al 6 de noviembre	Plazas disponibles por orden de inscripción
CÍRCULO DE SABIAS ¿Sabías que muchas de las llamadas "BRUJAS" fueron en realidad mujeres sabias y valientes. Ven a disfrutar de una tarde música, dinámicas de grupos y sororidad. Un espacio donde recordar de donde venimos y decidir donde queremos caminar juntas.	viernes	18:00-21:00	23 de octubre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo
TALLER DE CANTO PARA MUJERES "POR EL PLACER DE CANTAR" Este taller se llevará a cabo de 6 sesiones en las que se trabajará la toma de concienciación el propio cuerpo y con la voz, a través de diferentes propuestas artísticas siendo la música y el canto la guía como herramienta principal.	viernes	17:00-19:00	Del 13 de noviembre al 18 de diciembre	Plazas disponibles por orden de inscripción
ANIVERSARIO SALTA	Más información en la Concejalía de Igualdad			

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Plazas
TALLER DE REPARACIONES DOMÉSTICAS Electricidad para población en general. Taller de 2 sesiones de 3 horas.	jueves	17:00-20:00	19 y 26 de noviembre	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER RED-CONECTA Taller dirigido a familiares y amistades para aprender a apoyar de forma eficaz a mujeres que sufren violencia de género, ofreciendo herramientas prácticas y emocionales.	lunes	17:00-19:00	9 al 30 de noviembre	Plazas disponibles por orden de inscripción

ESPACIO EMPLEO

El espacio de Empleo, se presenta como un programa de atención individual a mujeres desempleadas para asesorar en la búsqueda de empleo, a través de itinerarios personalizados de inserción sociolaboral adaptado a las necesidades de cada mujer.

Qué servicios ofrecemos en el Espacio de Empleo:

- Diseño de itinerarios personalizados
- Formación y capacitación profesional
- Talleres de informática aplicada sobre herramientas de búsqueda de empleo
- Servicio de Intermediación Laboral

Horario de atención: martes, miércoles y jueves de 10:00 a 13:00 h. mediante cita previa que se podrá solicitar presencialmente o a través del correo: empleoigualdad@ayto-torreon.es

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Plazas
TALLER DE GESTIÓN DEL ESTRÉS PARA CONSEGUIR TUS OBJETIVOS PROFESIONALES Un espacio práctico para ganar confianza, claridad y avanzar hacia tus objetivos con bienestar. 6 sesiones/2 horas	lunes y miércoles	10:00-12:00	Del 14 de octubre al 4 de noviembre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA PARA EL EMPLEO Para usuarias del programa de empleo de Igualdad y usuarias del PMORVG. Taller de 10 sesiones orientadas al conocimiento de las herramientas básicas informáticas para la búsqueda activa de empleo, sistema operativo, internet, Curricular Vitae, carta de presentación, entrevista de trabajo y portales de empleo.	martes y jueves	10:00-13:00	Del 6 de octubre al 5 de noviembre	Taller a través del espacio de empleo

>>

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Plazas
CURSO DE CAPACITACIÓN Ayudante de comercio. Preparación de pedidos. Caja. Reposición y Carretillas. Carnet carretillera y de manipulación de alimentos. 8 sesiones/ 3 horas	lunes y miércoles	10:00-13:00	Del 9 de noviembre al 2 de diciembre	Taller a través del espacio de empleo
NETWORKING PARA EMPRESARIAS Y EMPRENDEDORAS	Más información en la Concejalía de Igualdad			
SERVICIO DE INTERMEDIACIÓN LABORAL PARA MUJERES QUE ESTÉN EN EL PROGRAMA DE BÚSQUEDA DE EMPLEO DE LA CONCEJALÍA DE IGUALDAD			Solicitud de cita en programa de empleo	

JORNADAS DE PROMOCIÓN PARA LA SALUD

EN COLABORACIÓN CON EL HOSPITAL DE TORREJÓN DE ARDOZ

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Plazas
CONTROLA TU ESTRÉS Y ANSIEDAD	martes	10:00-12:00	20 de octubre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo
DIVERSIDAD LGTBI SALUD EMOCIONAL: AUTOESTIMA, APOYO Y COMUNIDAD	jueves	17:00-19:00	22 de octubre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo
JORNADA DE BIENESTAR INVISIBLE: "SALUD MENTAL Y HORMONAL"	jueves	17:00-19:00	29 de octubre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo
CONTROLA TU ESTRÉS Y ANSIEDAD	martes	17:00-19:00	10 de noviembre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo
SALUD CARDIOVASCULAR Y METABÓLICA: "CORAZÓN DE MUJER"	jueves	10:00-12:00	12 de noviembre	Plazas disponibles por orden de inscripción hasta completar aforo

PUNTO MUNICIPAL DEL OBSERVATORIO REGIONAL DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Ofrece atención integral para mujeres que sufren violencia de género

De lunes a viernes de 08:00 a 20:00 h. previa cita.

Para solicitar citas:

- A través de teléfono, lunes a viernes de 8:30 a 9:30 y de 12:00 a 17:45 horas
- A través de correo: citaspuntovg@ayto-torrejon.es

- **ATENCIÓN PSICOLÓGICA.** Servicio especializado en violencia de género para mujeres víctimas, hijas e hijos, impulsando la recuperación del daño producido por la violencia de género. Intervención a nivel individual y grupal.
- **ATENCIÓN SOCIAL.** Acompañamiento y apoyo integral especializado en el proceso de superación de la violencia, seguimiento e información, asesoramiento y gestión de recursos.
- **ASESORÍA JURÍDICA.** Asesoramiento especializado e información en relación a denuncias, juicios, órdenes de protección, divorcio... todos los aspectos jurídicos y legales.

NUEVO SERVICIO DE INFORMACIÓN, ORIENTACIÓN Y ASESORAMIENTO GENERAL PARA LA POBLACIÓN LGTBI (SALTA)

Este servicio se enfoca en proporcionar un espacio seguro y accesible donde se pueda recibir orientación en temas relacionados con la identidad de género, la orientación sexual, los derechos del colectivo y recursos disponibles para su bienestar.

Horario de atención:

Lunes, miércoles y viernes de 09:00 a 14:00 h.

Martes y jueves de 16:00 a 19:00 h.

Correo de contacto: salta@ayto-torrejon.es



| juventud



NORMAS DE MATRÍCULA

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- **Recogida de solicitudes:** el 2 al 15 de septiembre
- **Sorteo de grupos:** 16 de septiembre, 12:00 h. Salón de Actos Casa de la Cultura (c/ Londres, 5).
El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- **Exposición lista de admitidos:** 21 de septiembre.
- **Plazo para presentar bajas:** del 22 al 24 de septiembre.
- **Horario:** de lunes a viernes, de 9.30 a 13.30 y de 17.00 a 19.00 h.
- **Inicio del curso:** semana del 5 de octubre de 2026.

CALENDARIO DEL CURSO:

- PERIODO I: de 5 de octubre a 22 de diciembre de 2026.
- PERIODO II: de 7 de enero a 20 de marzo de 2027.
- PERIODO III: de 29 de marzo a 12 de junio de 2027.

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

La matrícula de cada curso se realizará en el centro dónde haya sido ofertada la actividad a excepción de los cursos de Abogados de Atocha que se realizará en Casa de Cultura.

CONCEJALÍA DE JUVENTUD

Centro Polivalente Abogados de Atocha
C/ Londres 11-B, planta baja. Tel. 916 78 38 65
www.torreonjoven.com

Horario general:

Mañanas: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.
Tardes: lunes y jueves de 17:00 a 20:00 h.

Horario de verano: del 1 de junio al 30 de septiembre (agosto cerrado).

Mañanas: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.

Horario de invierno: del 22 de diciembre al 9 de enero

Mañanas: de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 h.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Los alumnos no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida. En el caso de los talleres infantiles, deberán entregar y recoger a los menores en la puerta del aula donde se imparten las actividades.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeros y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
8. Para el buen desarrollo de las actividades, los alumnos deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.
9. Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de los alumnos.
10. No está permitido comer, fumar, beber... en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
11. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN EN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
5. En el caso de inscripciones de menores de edad, deberán presentar Libro de Familia y DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte del padre, madre o tutor, según proceda.
6. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
7. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
8. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
9. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
10. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
11. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
12. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
13. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
14. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas, podrán ser presentadas conjuntamente, determinando cual de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza.
15. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
16. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
17. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
18. El material fungible para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
19. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
20. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
21. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027 (3 periodos de pago)

LA CAJA DEL ARTE				
C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tfno: 912 35 31 98 Horario de lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00				
	Días	Horario	Precio	Plazas
GESTIÓN DE EMOCIONES ¡NUEVO!	Lunes	17:30-19:00	51,00 €	Solo plazas disponibles

CASA DE LA CULTURA				
C/ Londres 5. Tfno: 916 74 98 70 Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00				
	Horario	Horario	Precio	Plazas
DIBUJO MANGA, CHIBI Y KAWAII (de 14 a 35 años) ¡NUEVO!	Miércoles	19:00-21:00	63,00 €	Solo plazas disponibles

CENTRO CULTURAL EL PARQUE				
C/ Hilados, s/n. Tel. 916 74 98 51 Horario de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00				
	Horario	Horario	Precio	Plazas
INGLÉS NIVEL B1 (de 14 a 35 años) ¡NUEVO!	Lunes	17:00-18:30	51,00 €	Solo plazas disponibles

CENTRO CULTURAL RAFAEL ALBERTI				
C/ Hilados, s/n. Tel. 916 74 98 51 Horario de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00				
	Horario	Horario	Precio	Plazas
DIBUJO DE ANIMACIÓN TRADICIONAL (de 14 a 35 años) ¡NUEVO!	Martes	18:00-20:00	63,00 €	Solo plazas disponibles

CENTRO CULTURAL FRONTERAS				
C/ Salvador Allende 7. Tfno: 916 74 97 72 Horario de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00				
	Horario	Horario	Precio	Plazas
TALLER DE CREACIÓN DE RELATOS Y MICRORRELATOS (de 14 a 35) ¡NUEVO!	Martes	18:00-19:30	51,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas

ACTIVIDADES DE LA CONCEJALÍA DE JUVENTUD

ASESORÍA DE ESTUDIOS Y PROFESIONES

Horario: lunes de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 h.

ASESORÍA PSICOLÓGICA Y DE SEXUALIDAD

Horario: lunes y jueves de 17:00 a 20:30 h.

TRAMITACIÓN DEL CARNÉ JOVEN GRATUITO



AULA DE OCIO Y NATURALEZA

Inscripciones desde el 1 de octubre.

Precio: 10 euros. Incluye actividad, traslado en autobús y monitores especializados

- **17 octubre**
SENDERISMO EN LA PEDRIZA. 9 a 17 h. (18 a 35 años)
- **7 noviembre**
SENDERISMO DEHESA BONITA. 9 a 17 h. (14 a 17 años)
- **21 noviembre**
SENDERISMO RÍO JARAMA POR MONTEJO. 9 a 17 h. (18 a 35 años)



DÍAS ESPECIALES PARA TORREJONEROS

12 y 13 septiembre	INDOORWALL (10€)
19 y 20 septiembre	MADRID ON FIRE (5€)
26 y 27 septiembre	HENAKART (15€)
10 y 11 octubre	COCO ROOM (15% de descuento)
17 y 18 octubre	MERRYLAND (5,50€)
24 y 25 octubre	ROCK N JUMP TORREJÓN (14,99€)

LA NOCHE ABIERTA (SEPT.-DIC. 2026)

Para jóvenes de 14 a 25 años. Sábados de 18:00 a 00:00 h.

Centro Polivalente Abogados de Atocha.

PS5 partidas multijugador, juegos de mesa y rol, fútbolín, mesa de ping pong y mucho más.

19 septiembre	PIZZAS + TORNEO DE PING PONG + TORREJÓN FIGHTING VIDEOGAME COMMUNITY
26 septiembre	TORNEO FC27 + PIZZAS
10 octubre	TORNEO DE PÁDEL + CUSTOMIZACIÓN DE TAZAS/FIMO
17 octubre	TORNEO DE FIFA 27 + PIZZAS + TORREJÓN FIGHTING VIDEOGAME COMMUNITY + TALLER DE SKINCARE
24 octubre	ESCAPE ROOM CALAMAR (FREAKINGDOM 18:00-20:00) + CÓCOTELES SIN ALCOHOL + CAMPEONATO KPOP

Más información en la Concejalía de Juventud y en nuestras redes sociales

@torrejonjoven



educación e infancia



ACTIVIDADES BEBETECAS, PEQUETECAS Y LUDOTECAS MUNICIPALES “LA CAÑADA” Y “GLORIA FUERTES”

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Inscripción y matrícula: del 1 al 31 de Julio en la secretaria de La Caja del Arte. C/ Joaquín Blume esq. Eos S/N. Tel. 91 235 31 98.

Horario de Secretaría: de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h.

Inscripción y matrícula: desde el 1 de Septiembre en La Caja del Arte y en el Centro Cultural Rafael Alberti. C/ Cañada, 50 . Tel. 91 655 77 28.

Horario de Secretaría: de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h y de lunes a jueves de 17:00 a 19:00 h.

Inicio de la actividad: 15 de septiembre de 2026.

Inscripciones: hasta completar plazas por riguroso orden de llegada.

Concejalía de educación:

C/ Boyeros, 5 Telf.: 652 392 019 – 91 678 25 60

Info.ludotecastorreon@gmail.com

Nota: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

ALGUNAS CONSIDERACIONES

- Los grupos no se abrirán si no existe un número mínimo de participantes.
- Las inscripciones una vez comenzado el curso, tendrán una reducción del 50% en la mensualidad si la incorporación es posterior al día 15.
- Las bajas tendrán efecto al mes siguiente de su comunicación en la Secretaría del Centro Cultural Rafael Alberti mediante impreso debidamente relleno y firmado.

BEBETECA

Niños/as de 3 a 12 meses (con acompañamiento adulto)

PEQUETECA

Niños/as de 1 a 3 años (con acompañamiento adulto)

PEQUETECA (Mañanas)

Niños/as de 1 a 3 años (sin acompañamiento adulto)

LUDOTECA

Actividades con y sin acompañamiento adulto

Niños/as de 4 a 6 años

Las actividades, adaptadas a los tramos de edad de los niños, serán realizadas por profesionales titulados y con experiencia, ofreciendo así la mayor calidad y tranquilidad.



LUDOTECAS LA CAÑADA Y GLORIA FUERTES

TALLERES	Días		Horario	Precio/periodo (pago mensual)	
PEQUETECA (de 12 a 36 meses)	L a V	*Sin acompañamiento adulto	09:15-11:15	130,00 €	Solo plazas disponibles
	1 sesión semanal			26,00 €	
	2 sesiones semanales			52,00 €	
	3 sesiones semanales			78,00 €	
	4 sesiones semanales			104,00 €	
PEQUETECA FAMILIAR (de 12 a 36 meses)	L, M, J, V	*Con acompañamiento adulto	11:30-12:30	74,00 €	Solo plazas disponibles
	1 sesión semanal			22,00 €	
	2 sesiones semanales			37,00 €	
	3 sesiones semanales			59,00 €	
BEBETECA (de 3 a 12 meses)	Miércoles	*Con acompañamiento adulto	11:30-12:30	22,00 €	Solo plazas disponibles
	Jueves		16:00-17:00	22,00 €	
	2 sesiones semanales	Miércoles y jueves		37,00 €	

ACTIVIDADES INNOVAPEQUES Nacidos entre 2020 y 2025

TALLERES	Días		Horario	Precio/periodo (pago mensual)	
ALFABETILANDIA	Lunes	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2023 y 2025	16:00-17:00	22,00 €	Solo plazas disponibles
		*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 y 2024	17:15-18:15	22,00 €	Solo plazas disponibles
EXPERIMENTA Y EXPLORA	Martes	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 2025	17:15-18:15	22,00 €	Solo plazas disponibles
MÚSICA	Miércoles	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 y 2025	16:00-17:00	22,00 €	Solo plazas disponibles
		*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2021 y 2024	17:15-18:15	22,00 €	
PLÁSTICA	Jueves	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 y 2025	17:15-18:15	22,00 €	Solo plazas disponibles
		*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2020y 2023	18:30-19:30	22,00 €	Solo plazas disponibles

>>

ACTIVIDADES INNOVAPEQUES Nacidos entre 2020 y 2025					
TALLERES	Días		Horario	Precio/periodo (pago mensual)	
INNOVAPEQUES	1 sesión semanal	Lunes, martes, miércoles y jueves		22,00 €	Solo plazas disponibles
	2 sesiones semanales			37,00 €	
	3 sesiones semanales			49,00 €	
	4 sesiones semanales			60,00 €	
MEETKIDS	Lunes	*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2019 y 2022	18:30-19:30	26,00 €	Solo plazas disponibles
	Miércoles			26,00 €	
	2 sesiones semanales	Lunes y Miércoles		41,00 €	
MINICHEFS	Viernes	*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2018 y 2022	17:15-18:15	22,00 €	
PSICOMOTRICIDAD Y MOVIMIENTO	Martes	*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 y 2024	16:00-17:00	22,00 €	

* Los alimentos necesarios para impartir el taller minichefs no están incluidos en el precio. Todas las actividades con acompañamiento adulto será con un solo adulto.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN COLEGIOS PÚBLICOS

Horario: del 1 de octubre de 2025 al 31 de mayo de 2027. De lunes a viernes de 16:00 a 17:00 h.

Inscripciones: durante los meses de septiembre y octubre de 2025. De forma presencial: AMPAS de los centros y la Concejalía de Educación.

On line: a través de la web www.ayto-torrejon.es

DEBERES	25€
TEATRO	19€
PINTURA	25€
ARTE Y EMOCIÓN	25€
AJEDREZ	27€
MANITAS DIVERTIDAS	26€
JUDO	27€
GIMNASIA RÍTMICA	25€
INGLÉS	28€

TÉCNICAS DE ESTUDIO	25€
ART & CRAFT	25€
DIBUJO	25€
PROGRAMACIÓN Y ROBÓTICA	35€
DIVERCIENCIA	27€
PRE-MÚSICA / MÚSICA Y MOVIMIENTO	23€
BAILE	23€
PATINAJE	23€

TENIS	25€
VOLEIBOL	25€
PREDEPORTE Y MULTIDPORTE	23€
KARATE	25€
YOGA	25€
FÚTBOL	25€
BALONCESTO	25€
ATLETISMO	25€

| **mayores**



CURSOS PARA MAYORES EN CENTROS CULTURALES

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

- **Recogida de solicitudes:** el 2 al 15 de septiembre
- **Sorteo de grupos:** 16 de septiembre, 12:00 h. Salón de Actos Casa de la Cultura (c/ Londres, 5).
El sorteo consiste en extraer una letra (a-z) que determinará el apellido por el cual se va a empezar a asignar las plazas de todos los cursos.
- **Exposición lista de admitidos:** 21 de septiembre.
- **Plazo para presentar bajas:** del 22 al 24 de septiembre.
- **Horario:** de lunes a viernes, de 9.30 a 13.30 y de 17.00 a 19.00 h.
- **Inicio del curso:** semana del 5 de octubre de 2026.

CALENDARIO DEL CURSO:

- PERIODO I: de 5 de octubre a 22 de diciembre de 2026.
- PERIODO II: de 7 de enero a 20 de marzo de 2027.
- PERIODO III: de 29 de marzo a 12 de junio de 2027.

NOTA: Los precios de los talleres podrán sufrir modificaciones de acuerdo a lo que determine la Ordenanza Reguladora de los Precios Públicos por la prestación de servicios o realización de actividades del Ayuntamiento de Torrejón de Ardoz.

NORMAS DE FUNCIONAMIENTO DE CURSOS

1. Todos los cursos que se imparten son de nivel iniciación, salvo los que claramente están identificados con niveles.
2. El Centro no se responsabiliza de la pérdida o deterioro de los objetos personales que se dejen en las aulas.
3. Los alumnos no podrán entrar en las aulas hasta que el profesor se encuentre dentro, ni permanecer en el interior del aula en ausencia de dicho profesor.
4. Para la correcta ejecución de las actividades es preciso tener la máxima puntualidad en la entrada y la salida.
5. La persona que mantenga un comportamiento origen de conflictos, dificulte o interrumpa la marcha y correcto funcionamiento de los talleres, perjudique a sus compañeros y al profesorado en el cumplimiento de los objetivos establecidos, deberá abandonar el taller.
6. No se admiten actitudes, comportamientos o manifestaciones de carácter sexista, racista o xenófobo, o bien contraria a los Derechos Humanos.
7. El profesorado está autorizado para impedir el acceso a aquellas personas que, por alguna razón, no figuren en lista, debiendo aclarar esta circunstancia en la Secretaría del Centro correspondiente.
8. Para el buen desarrollo de las actividades, los alumnos deben colaborar con el personal del Centro en procurar dejar las aulas en condiciones óptimas para la ejecución de los talleres.
9. Los gastos generados con motivo de las salidas y/o visitas culturales que complementen alguno de los talleres serán, en todo caso, por cuenta de los alumnos.
10. No está permitido comer, fumar, beber...en ninguna de las instalaciones dedicadas al desarrollo de las clases.
11. La matriculación en los talleres de los Centros Culturales del Municipio, supone la aceptación íntegra de las presentes normas.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y MATRICULACIÓN CENTROS CULTURALES

1. La empresa adjudicataria será la encargada de establecer el número de grupos y participantes por curso/taller, teniendo la competencia de cerrar los grupos que no tengan un mínimo. Los talleres con menos de 10 alumnos podrán ser cerrados.
2. La MATRÍCULA queda automáticamente FORMALIZADA con la asignación de plazas en el SORTEO. El alumno que quiera renunciar a la plaza adjudicada en el sorteo, deberá hacerlo exclusivamente en el período establecido para ello. En caso contrario la matrícula quedará formalizada no siendo posible la devolución del importe.
3. Las solicitudes se recogerán y presentarán, en instancia formalizada, en el centro cultural en el que se vaya a realizar la actividad.
4. Todos los solicitantes deberán aportar junto con la solicitud debidamente cumplimentada, fotocopia del DNI, Tarjeta de Residencia o Pasaporte, según corresponda y datos bancarios con acreditación de los mismos.
5. Para los cursos/talleres de Mayores será necesario acreditarse con el carné de socio de centros de Mayores.
6. Una misma persona, podrá presentar las solicitudes correspondientes a dos o más personas, siempre que la solicitud esté debidamente cumplimentada.
7. Cada interesado puede solicitar la inscripción en un máximo de tres cursos o talleres. Una vez iniciado el curso si hay plazas disponibles el interesado podrá optar a más cursos.
8. Las plazas libres se adjudicarán por sorteo en los cursos/talleres programados con duración anual y en el primer período siempre que las solicitudes superen las plazas ofertadas. Para períodos sucesivos se adjudicarán por orden de llegada.
9. Los alumnos que no obtengan plaza, pasarán a formar parte de una lista de espera.
10. El pago de las cuotas se realizará mediante domiciliación bancaria.
11. El impago de las actividades en el plazo indicado supondrá la baja automática del alumno en el curso o taller, dándose opción a participar al siguiente inscrito en la lista de espera.
12. En caso de baja o renuncia en un curso, con posterioridad al inicio del mismo, deberá ser solicitada la baja mediante el correspondiente impreso. Para que esta baja sea admitida y no se proceda a emitir el recibo del siguiente período, deberá realizarse 15 días antes de la finalización del período anterior.
13. Únicamente cabe derecho a la devolución del importe abonado, si el curso no pudiera llevarse a cabo por causas imputables a la administración de la empresa adjudicataria.
14. Las solicitudes presentadas en los talleres que se realizan por parejas, podrán ser presentadas conjuntamente, determinando cual de los dos apellidos quede adscrito al sorteo de plaza.
15. Para los cursos o talleres comprendidos en el área de mantenimiento físico (aerobic, danza oriental, gimnasia etc.) o para los que el Centro considere oportunos, podrá exigirse un certificado médico que acredite a la persona solicitante su capacidad para realizar tales actividades.
16. Cualquier incidencia (faltas, altas, bajas, cambios de horarios, etc.) deberá comunicarse en la Secretaría, no teniendo validez las modificaciones realizadas sin aprobación del Centro.
17. Al inicio de las actividades se informará a los alumnos del material y útiles que deberán aportar para el desarrollo de las clases. Los alumnos respetarán y llevarán a cabo la programación.
18. El material fungible necesario para el correcto desarrollo de los cursos correrá a cargo de los alumnos.
19. Quien no esté al corriente de pago no podrá renovar su derecho a plaza.
20. Los recibos devueltos tendrán un recargo de 3 €.
21. La inscripción en los cursos y talleres de este centro, implica la aceptación de estas normas, de no ser así, la matrícula quedará anulada.

CURSOS ANUALES

Del 5 de octubre de 2026 al 12 de junio de 2027 (3 periodos de pago)

LA CAJA DEL ARTE					
C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tfno: 91 235 31 98					
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00					
	Días		Horario	Precio	Plazas
GINNASIA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	09:30-10:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
GINNASIA MAYORES grupo 2	Martes	Jueves	09:30-10:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
GINNASIA MAYORES grupo 3	Martes	Jueves	09:30-10:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES MAYORES grupo 1	Martes	Jueves	10:35-11:35	29,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES MAYORES grupo 2	Martes	Jueves	10:35-11:35	29,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA MAYORES	Lunes	Miércoles	10:35-11:35	29,00 €	Solo plazas disponibles
ZUMBA MAYORES	Lunes	Miércoles	11:45-12:45	29,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

EL PARQUE					
C/ Hilados, s/n. Tfno: 91 674 98 51					
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00					
	Días		Horario	Precio	Plazas
BAILES DE SALÓN MAYORES (solo parejas)	Martes	Jueves	17:30-18:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
COCINA MAYORES	Viernes		11:00-13:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA MAYORES	Miércoles		10:00-12:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
GINNASIA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	09:30-10:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
GINNASIA MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	10:35-11:35	29,00 €	Lista de espera
GINNASIA MAYORES grupo 3	Lunes	Miércoles	11:40-12:40	29,00 €	Lista de espera
GINNASIA MAYORES grupo 4	Lunes	Miércoles	12:45-13:45	29,00 €	Lista de espera
GINNASIA SUAVE MAYORES	Martes	Jueves	11:40-12:40	29,00 €	Solo plazas disponibles
PATCHWORK MAYORES grupo 1	Miércoles		15:30-17:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
PATCHWORK MAYORES grupo 2	Martes		10:30-12:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES MAYORES	Martes	Jueves	09:30-10:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
TAPICES MAYORES	Miércoles		12:00-14:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
YOGA MAYORES	Martes	Jueves	10:35-11:35	29,00 €	Lista de espera
ZUMBA MAYORES	Martes	Jueves	12:45-13:45	29,00 €	Solo plazas disponibles

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

CASA DE CULTURA

C/ Londres 5. Tfno: 91 674 98 70

Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
BAILES DE SALÓN MAYORES grupo 1 Avanzado (solo parejas)	Lunes	Miércoles	17:00-18:00	29,00 €	Lista de espera
BAILES DE SALÓN MAYORES grupo 2 Avanzado (solo parejas)	Lunes	Miércoles	18:00-19:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
BOLILLOS MAYORES	Lunes		17:00-19:00	29,00 €	Lista de espera
CREACIÓN LITERARIA MAYORES	Jueves		10:30-12:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA MAYORES	Viernes		10:00-12:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	09:15-10:15	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	10:20-11:20	29,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 3	Lunes	Miércoles	11:25-12:25	29,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 4	Lunes	Miércoles	12:30-13:30	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 5	Martes		09:15-10:15	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 6	Martes	Jueves	10:20-11:20	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 7	Martes	Jueves	11:25-12:25	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo 9	Lunes	Miércoles	09:15-10:15	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo10	Lunes	Miércoles	10:20-11:20	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo11	Lunes	Miércoles	11:25-12:25	29,00 €	Lista de espera
GIMNASIA MAYORES grupo12	Lunes	Miércoles	12:30-13:30	29,00 €	Lista de espera
INFORMÁTICA Y MÓVIL MAYORES Medio	Lunes	Miercoles	11:30-12:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA Y MÓVIL MAYORES Avanzado grupo 1	Lunes		16:00-18:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA Y MÓVIL MAYORES Avanzado grupo 2	Lunes	Miercoles	10:15-11:15	29,00 €	Solo plazas disponibles
INFORMÁTICA Y MÓVIL MAYORES Avanzado grupo 3	Martes	Jueves	09:30-10:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
MANUALIDADES MAYORES grupo 1	Martes		11:00-13:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
MANUALIDADES MAYORES grupo 2	Martes		16:00-18:00	29,00 €	Solo plazas disponibles
MEMORIA MAYORES grupo 1	Martes	Jueves	16:30-17:30	29,00 €	Solo plazas disponibles
MEMORIA MAYORES grupo 2	Martes	Jueves	17:30-18:30	29,00 €	Lista de espera
TAICHI MAYORES grupo 1	Martes	Jueves	09:30-10:30	29,00 €	Lista de espera
TAICHI MAYORES grupo 2	Martes	Jueves	10:30-11:30	29,00 €	Lista de espera

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

RAFAEL ALBERTI

C/ Cañada, 50. Tfno: 91 655 77 28
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
GIMNASIA DE MAYORES	Martes	Jueves	12:15-13:15	29,00 €	Lista de espera

El material de uso personal y fungible necesario para impartir los cursos no está incluido en el precio. Fotocopias no incluidas.

FRONTERAS

C/ Salvador Allende 7. Tfno: 91 674 97 72
Horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30 y de 17:00 a 19:00

	Días		Horario	Precio	Plazas
BAILES REGIONALES MAYORES	Martes		16:15-18:15 h.	29,00 €	Solo plazas disponibles
DIBUJO Y PINTURA MAYORES	Viernes		10:00-13:00 h.	39,50 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	09:00-10:00 h.	29,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	10:00-11:00 h.	29,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 3	Lunes	Miércoles	16:15-17:15 h.	29,00 €	Solo plazas disponibles
GIMNASIA MAYORES grupo 4	Lunes	Miércoles	17:30-18:30 h.	29,00 €	Lista de espera
MEMORIA MAYORES grupo 1	Lunes	Miércoles	10:00-11:30 h.	39,50 €	Lista de espera
MEMORIA MAYORES grupo 2	Lunes	Miércoles	11:30-12:30 h.	29,00 €	Solo plazas disponibles
PILATES MAYORES	Martes	Jueves	10:30-11:30 h.	29,00 €	Lista de espera
TAICHI MAYORES	Martes	Jueves	11:45-12:45 h.	29,00 €	Solo plazas disponibles





TALLERES GRATUITOS EN CENTROS DE MAYORES

Dinamizados por voluntarios/as para aprender, compartir y relacionarse

- **CENTRO DE MAYORES VEREDILLAS.** Alfabetización/Memoria, Apoyo Memoria, Baile en Línea, Bordados, Cestería, Club de Lectura Sénior, Cultura General, Dibujo, Decoración, Estaño, Flores de Papel, Gimnasia, Guitarra, Informática, Tratamiento de imágenes, Inglés, Inglés oral, Lectura oral, Manualidades, Marquetería, Móvil y Redes Sociales, Patchwork, Petanca, Pintura al óleo, Pintura en tela, Punto, Punto y Ganchillo, Relajación y Movilidad, Scrapbooking, Sevillanas, Tejedoras, Tertulia, Yoga y Zumba. **NOVEDADES:** taller de guitarra iniciación y taller de lectoescritura.
- **APOYO PSICOLÓGICO.** Talleres de desarrollo personal para mejorar la salud emocional y afectiva.
- **CENTRO DE MAYORES CAJA DEL ARTE.** Taller de Armónica y Bailes de Salón.
- **CENTRO CALLE MADRID.** Marquetería y Encuadernación.
- **CENTRO DE MAYORES AVENIDA DE MADRID.** Taichí, Respiración y Relajación, Sevillanas, Música y Movimiento; Baile en Línea y Talleres de Desarrollo Personal.
- **¡NOVEDAD!** Baile en línea iniciación, Sevillanas iniciación, gimnasia a través del kárate y danza española.
- **CENTRO DE MAYORES LAS FRONTERAS.** Baile Español, Manualidades y Sevillanas Iniciación.
- **PARQUE LAS VEREDILLAS - GIMNASIA AL AIRE LIBRE**
Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00, de 11:00 a 12:00 y de 17:00 a 18:00
Martes y jueves de 9:30 a 10:30, de 10:30 a 11:30 y de 11:30 a 12:30
- **PARQUE DEL ROSARIO - GIMNASIA AL AIRE LIBRE**
Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00 y de 11:00 a 12:00
Martes y jueves de 10:00 a 11:00 y de 11:00 a 12:00
- **CD JUNCAL VELÓDROMO - TALLER DE JUDO**
Dos martes al mes de 10:30 a 11:30 h

OTROS PROGRAMAS Y SERVICIOS DE LA CONCEJALÍA DE MAYORES

APOYO PSICOLÓGICO - CAJA DEL ARTE y VEREDILLAS

Teléfono Citas. 696 400 094

SERVICIO DE FISIOTERAPIA - CAJA DEL ARTE, AVDA DE MADRID Y FRONTERAS

Teléfono Citas. 91 523 47 86

SERVICIO DE PODOLOGÍA - AVDA. DE MADRID y CAJA DEL ARTE

Teléfono Citas. 677 570 193

SERVICIO DE PELUQUERÍA - LA CAJA DEL ARTE

Teléfono Citas. 91 002 62 63

SERVICIO DE PELUQUERÍA - AVDA. DE MADRID

Teléfono Citas. 91 648 78 11

Y ADEMÁS...

¡NOVEDAD! CLUB DE LECTURA SÉNIOR

PROGRAMA DE SENDERISMO

PROGRAMA DE TURISMO SOCIAL (Vacaciones y Balnearios)

PROGRAMA DE BAILES EN CENTROS DE MAYORES

PROGRAMA DE VOLUNTARIADO para personas mayores

PROGRAMA DESTINO MADRID

PROGRAMA NINGÚN MAYOR SOLO

ACTIVIDADES INTERGENERACIONALES. Acercando generaciones

TARJETA DE MAYORES - GRATUITA

Si quieres recibir información de primera mano a través de whatsapp, pásate por la concejalía de mayores y te informamos.



Información e inscripciones

del 14 al 18 de septiembre en la Concejalía de Mayores
Avda. Virgen de Loreto, 2. De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 h.
Tel. 91 656 65 14, mayores@dayto-torrejón.es

Sorteo: 23 de septiembre

Publicación de listados de admitidos: 28 de septiembre en el centro de mayores de veredillas

Inicio del curso: semana del 5 de octubre

Síguenos en Redes sociales:



Facebook: <https://www.facebook.com/mayorestorrejón>



Instagram: <https://www.instagram.com/concejaliademayores/>



Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

cursosytalleres | 2026/2027

EMPLEO UNED ESCUELA DE ADULTOS LA CAJA DEL ARTE CULTURA VOLUNTARIADO DEPORTE IGUALDAD INFANCIA MAYORES JUVENTUD

Más información en www.ayto-torrejón.es