



Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

cursos y talleres

1^{er} semestre 2026

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



Para mejorar tu formación y tu ocio



Índice

06 EMPLEO

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

17 UNED

- 18 Centro Universitario de idiomas a distancia de la UNED (CUID)

21 ESCUELA DE ADULTOS

- 22 Cursos para adultos

23 LA CAJA DEL ARTE

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

28 CULTURA

- 29 Nuevos Cursos
- 30 La Caja del Arte
- 31 Casa de la Cultura
- 32 Centro Cultural El Parque
- 33 Centro Cultural Rafael Alberti
- 34 Centro Cultural Las Fronteras

35 VOLUNTARIADO

- 36 Voluntarios por Torrejón

38 DEPORTE

- 41 Clases colectivas
- 50 Deportes individuales
- 56 Deportes de equipo
- 58 Natación
- 64 Actividades acuáticas
- 69 Competiciones deportivas municipales
- 70 Actividad física integral
- 71 Abono deportivo municipal
- 73 Tarjeta Fitness

76 IGUALDAD

- 77 Cursos anuales
- 78 Programa de Talleres
- 80 Espacio Empleo

84 JUVENTUD

- 85 Cursos y talleres
- 87 Programa de actividades y salidas

88 EDUCACIÓN E INFANCIA

- 90 Bebetecas, Ludotecas y Pequeteca
- 91 Actividades extraescolares en colegios publicos

92 MAYORES

- 93 Cursos anuales
- 94 Talleres gratuitos en Centros de Mayores

estimado/a vecino/a:



Alejandro Navarro Prieto
Alcalde

Empezar el año nuevo con los mejores propósitos es uno de los objetivos más habituales que nos marcamos como meta personal. Desde el Ayuntamiento no sólo te animamos a hacerlo, sino que además te ofrecemos las herramientas para hacerlos realidad. Si quieres mejorar tu formación, si quieres mejorar tu tono físico, si quieres encontrar un grupo de personas con aficiones comunes, si quieres aprender a bailar, a tocar un instrumento musical, si quieres... consulta las páginas de esta publicación porque estoy seguro de que encontrarás algo de tu interés.

En esta nueva programación de cursos y talleres la formación para el empleo es lo primero. En este primer periodo de 2026 ponemos en marcha 8 cursos específicos para desempleados relacionados con los sectores productivos que más mano de obra absorben: ofimática, inteligencia artificial, climatización, fontanería y soldadura, entre otros, son cursos que conectan con una rápida inserción laboral. También se ha potenciado la XII Edición de la Escuela Virtual de Formación, donde puedes escoger entre 368 cursos on line a realizar, estés desempleado o no. Hay una gran variedad de cursos de diferente temática relacionada con los sectores comercial, administración, diseño, idiomas, industrial, informática, programación, etc. Completan esta propuesta formativa 12 talleres y herramientas sociales, dirigidos a obtener conocimientos de profesiones muy demandadas como auxiliar de almacén, celador y limpieza, entre otros. En total son 384 acciones didácticas con las que contribuimos a que las personas desempleadas puedan tener más posibilidades de encontrar un trabajo.

Tenemos la suerte de contar en nuestra ciudad con un Centro Asociado de UNED-MADRID que ha permitido incorporar los estudios universitarios a la actividad pedagógica que hay en la ciudad. Como novedad, este año se ha empezado a impartir 4º de Derecho, con tutorías presenciales, lo que permitirá completar los cursos del grado en Torrejón de Ardoz. También se mantiene el grado de Administración y Dirección de Empresas, en sus dos primeros cursos, además del Centro Universitario de Idiomas Digital y a Distancia (CUID) y la nueva iniciativa UNED Senior para mayores de 55 años. Dentro de esa labor didáctica la Escuela de Adultos atesora una gran trayectoria, ya que imparte la formación para la obtención del título de ESO, así como enseñanzas iniciales para adquirir unos conocimientos básicos para el desarrollo personal y laboral.

SI QUIERES MEJORAR TU FORMACIÓN, SI QUIERES MEJORAR TU TONO FÍSICO, SI QUIERES ENCONTRAR UN GRUPO DE PERSONAS CON AFICIONES COMUNES, SI QUIERES APRENDER A BAILAR, A TOCAR UN INSTRUMENTO MUSICAL, SI QUIERES... CONSULTA LAS PÁGINAS DE ESTA PUBLICACIÓN PORQUE ESTOY SEGURO DE QUE ENCONTRARÁS ALGO DE TU INTERÉS.

Volviendo a esos objetivos de año nuevo que mencionaba, el más habitual es iniciar una nueva actividad física, y en la Concejalía de Deportes encontrarás un montón de modalidades deportivas tanto en agua como en seco, para que empezar a hacer ejercicio no sea monótono y aburrido. Sólo es necesario fuerza de voluntad y tenacidad, porque lo importante es hacer ejercicio de forma habitual.

Rarezas del Arte, cocina asiática, pirograbado, cata de vinos, reiki... La oferta que hay en los centros culturales de la ciudad es de lo más variopinta y siempre abierta a las nuevas inquietudes culturales y formativas que surjan.

En este sentido, El Centro de Artes Escénicas – La Caja del Arte ha supuesto un antes y un después en la oferta cultural de la ciudad, impartiendo formación de calidad en las disciplinas de música, danza, teatro y circo, que siempre tienen una excelente acogida.

Con la programación que organizamos además de adquirir conocimientos pretendemos unir personas que comparten inquietudes formativas, culturales y artísticas, que les permite socializar e intercambiar experiencias. Es por este motivo por el que 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.

Espero que esta programación sea de utilidad y de interés.





Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO



CENTRO de FORMACIÓN de **EXCELENCIA**

DE TORREJÓN DE ARDOZ

▶ **UN ESPACIO DONDE SE OFRECEN LOS RECURSOS Y CAPACIDADES NECESARIOS PARA MEJORAR LA EMPLEABILIDAD DE LOS TORREJONEROS**, sobre todo de aquellos que se encuentran en situación de desempleo, impartiendo los cursos más demandados por las empresas de la zona.

▶ **A PARTIR DEL PRIMER PERIODO DE 2026: NUEVOS CURSOS FORMATIVOS PRESENCIALES DE DISTINTA DURACIÓN**

8 cursos específicos para desempleados de 30 a 70 horas.

Una formación encaminada a atender las demandas de trabajo efectivas de las empresas de Torrejón y el Corredor del Henares.

| empleo



CURSOS DE FORMACIÓN PRIMER PERÍODO 2026 CONCEJALÍA DE EMPLEO

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-torrejón.es web www.ayto-torrejón.es Concejalía de Empleo.



CURSOS ESPECÍFICOS PARA DESEMPLEADOS

1. **INTELIGENCIA ARTIFICIAL - CHAT GPT** (33 Horas)
2. **INTRODUCCIÓN AL DISEÑO GRÁFICO CON SOFTWARE LIBRE** (70 horas)
3. **OFIMÁTICA (WORD, EXCEL, POWER POINT, ACCESS)** (63 horas)
4. **CLIMATIZACIÓN E INSTALACIÓN DE SUELO RADIANTE** (65 horas)
5. **FONTANERÍA** (50 Horas)
6. **SOLDADURA ELÉCTRICA POR ARCO CON ELECTRODO REVESTIDO** (30horas)
7. **SOLDADURA TIG** (30 horas)
8. **RENOVACIÓN CAP CONDUCCIÓN DE VEHÍCULOS** (35 horas)

REQUISITOS

- Preferentemente desempleados 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.



XII 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

- 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:
- 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:
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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: 368 CURSOS

CURSO	HORAS
ADMINISTRACIÓN Y OFICINAS	
1 ACTITUD EMPRENDEDORA Y OPORTUNIDADES DE NEGOCIO	50
2 ADMINISTRACION 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
32 ESCUCHA ACTIVA, EMPATIA Y ASERTIVIDAD	10

CURSO	HORAS
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 INTERNACIONALIZACION 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
CURSO	HORAS
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 ELABORACION 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

CURSO	HORAS
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
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
CURSO	HORAS
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
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

CURSO	HORAS
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

CURSO	HORAS
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	20
175 ELECTROTECNIA	75
176 ELEMENTOS Y COMPONENTES DE LOS EQUIPOS ELECTRÓNICOS	25
177 ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA	10
178 ENERGÍA SOLAR TÉRMICA Y ENERGÍA GEOTÉRMICA	50
179 ESTRUCTURA DEL MANTENIMIENTO PARA INSTALACIONES ELÉCTRICAS	10
180 GESTIÓN DEL APROVISIONAMIENTO PARA EL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	20
181 INSTALACIONES DE ENERGÍA SOLAR TÉRMICA	10
182 INTERPRETACIÓN DE ESQUEMAS DE MONTAJE DE EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS	15
183 INTERPRETACIÓN DE ESQUEMAS Y GUÍAS DE MANTENIMIENTO DE EQUIPOS ELECTRÓNICOS	15
184 INTERPRETACIÓN DE LA DOCUMENTACIÓN TÉCNICA DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
185 MANEJO Y CONDUCCIÓN DE LAS CARRETIILLAS ELEVADORAS	10

CURSO	HORAS
186 MANTENIMIENTO EFICIENTE DE LAS INSTALACIONES DE SUMINISTRO DE AGUA Y SANEAMIENTO EN EDIFICIOS	50
187 MANTENIMIENTO Y MEJORA DE LAS INSTALACIONES EN LOS EDIFICIOS	75
188 MEDIDAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS EN LAS OPERACIONES DE MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS DE INTERIOR EN EDIFICIOS DE VIVIENDA	25
189 MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS EN EDIFICIOS DE VIVIENDAS	30
190 NORMATIVA DE APLICACIÓN EN INSTALACIONES SOLARES	10
191 NORMATIVA DE EFICIENCIA ENERGÉTICA	15
192 ORGANIZACIÓN DE PROYECTOS DE OBRA O MONTAJE DE ELECTRIFICACIÓN	25
193 ORGANIZACIÓN DE PROYECTOS DE OBRA O MONTAJE PARA EL MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
194 ORGANIZACIÓN DEL MANTENIMIENTO EN INSTALACIONES ELÉCTRICAS	10
195 PLANIFICACIÓN DEL MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS TIPO	20
196 PLANIFICACIÓN DEL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS DE INTERIOR EN EDIFICIOS DE VIVIENDAS	30
197 PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DEL MANTENIMIENTO DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	15
198 PLANIFICACIÓN Y GESTIÓN DEL MONTAJE DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	25
199 PROTOCOLOS EN TELECOMUNICACIONES	20
200 RECOGIDA DE RESIDUOS URBANOS O MUNICIPALES	10
201 REPRESENTACIÓN Y SIMBOLOGÍA DE LAS INSTALACIONES ELÉCTRICAS	30
202 RIESGOS GENERALES Y SU PREVENCIÓN EN LAS OPERACIONES AUXILIARES DE MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE EQUIPOS ELÉCTRICOS Y ELECTRÓNICOS	10
203 SERVICIOS DE TELEFONÍA	20
204 SISTEMAS DE CLIMATIZACIÓN	10
205 SUPERVISIÓN DEL MONTAJE DE INSTALACIONES ELÉCTRICAS DE INTERIOR EN EDIFICIOS DE VIVIENDAS	30
206 TÉCNICAS DE MANTENIMIENTO DE EQUIPOS ELECTRÓNICOS	10
207 TÉCNICAS DE MONTAJE/DESMONTAJE DE EQUIPOS ELÉCTRICOS	20
208 TÉCNICAS DE MONTAJE/DESMONTAJE DE EQUIPOS ELECTRÓNICOS	15

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

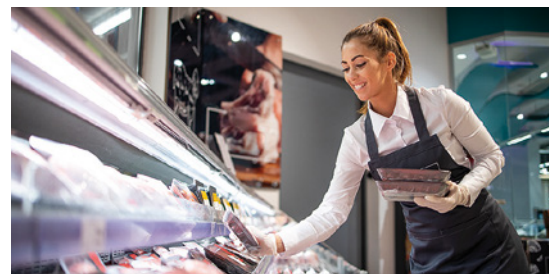
OFIMÁTICA	
237 ACCESS 2016	100
238 ACCESS 2016 AVANZADO	40
239 APLICACIÓN DE HOJA DE CÁLCULO	30
240 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE BASES DE DATOS RELACIONALES	50
241 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE HOJAS DE CÁLCULO	50
242 APLICACIONES INFORMÁTICAS DE TRATAMIENTO DE TEXTOS	50
243 APLICACIONES INFORMÁTICAS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

CURSO	HORAS
269 TRATAMIENTO BÁSICO DE DATOS Y HOJAS DE CÁLCULO	50
270 TRATAMIENTO DE LA FOTOGRAFÍA DIGITAL	25
271 WORD 2016	75
272 WORD 2016 AVANZADO	40
PREVENCIÓN, CALIDAD Y MEDIOAMBIENTE	
273 AUDITOR PRL	50
274 CALIDAD TOTAL EN LAS ORGANIZACIONES	50
275 DESARROLLO SOSTENIBLE	50
276 EFICIENCIA ENERGÉTICA	50
277 ELABORACIÓN Y MANIPULACIÓN DE MENÚS ADAPTADOS A LAS DISTINTAS ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS	60
278 ENERGÍA SOLAR FOTOVOLTAICA	50
279 GESTIÓN MEDIOAMBIENTAL. CONCEPTOS BÁSICOS	25
280 LEGISLACIÓN EN MATERIA DE RESIDUOS INDUSTRIALES	15
281 MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS Y DE LIMPIEZA	50
282 MANIPULADOR DE ALIMENTOS	50
283 OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE. AGENDA 2030	10
284 PLANES DE EVACUACIÓN Y EMERGENCIAS	75
285 PREVENCIÓN DE RIESGOS AMBIENTALES	50
286 PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES	25
287 PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LA EMPRESA	50
288 PRL Y PRIMEROS AUXILIOS	75
289 RECOGIDA Y TRANSPORTE DE RESIDUOS URBANOS O MUNICIPALES	50
290 SALUD, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	50
291 SEGURIDAD EN EL ALMACÉN	10
292 SEGURIDAD Y SALUD	50
293 SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	20
294 SENSIBILIZACIÓN MEDIOAMBIENTAL	25
295 SITUACIONES DE EMERGENCIA Y EVACUACIÓN EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	15
296 TRATAMIENTO DE RESIDUOS URBANOS O MUNICIPALES	50
PROGRAMACIÓN	
297 ADMINISTRACIÓN Y AUDITORIA DE LOS SERVICIOS WEB	100
298 ADOBE PHOTOSHOP CS5	75
299 ADOBE PHOTOSHOP CS6	75

CURSO	HORAS
300 AUTOCAD 3D	25
301 AUTOCAD BÁSICO	50
302 BIG DATA	40
303 CREACION DE PÁGINAS WEB CON EL LENGUAJE DE MARCAS	100
304 DISEÑO DE PÁGINAS WEB	75
305 GOOGLE ADWORDS Y SUS APLICACIONES PUBLICITARIAS	30
306 GOOGLE Y SUS APLICACIONES	30
307 LA CAPA DE PRESENTACIÓN EN PROGRAMACIÓN WEB Y BASES DE DATOS	10
308 LA FIRMA DIGITAL	20
309 TÉCNICAS AVANZADAS DE DISEÑO WEB	50
RECURSOS HUMANOS	
310 ACOMPAÑANTE DE TRANSPORTE ESCOLAR	30
311 ADAPTACIÓN AL CAMBIO	25
312 ADMINISTRACIÓN DE PERSONAL	50
313 ASERTIVIDAD	25
314 AUTOCONOCIMIENTO. POR QUÉ SOMOS COMO SOMOS	15
315 CLIMA LABORAL	25
316 COACHING	25
317 COACHING Y LIDERAZGO	50
318 COMUNICACIÓN Y ATENCIÓN AL USUARIO EN SITUACIONES DIFÍCILES	70
319 DESARROLLO ORGANIZACIONAL. COACHING DE EQUIPOS	25
320 DINAMIZACIÓN DE COLECTIVOS VULNERABLES	25
321 DIRECCIÓN DE RECURSOS HUMANOS	50
322 DIRIGIR EQUIPOS DE TRABAJO EN ENTORNOS VIRTUALES	30
323 EMPRENDIMIENTO DIGITAL	15
324 GESTIÓN DE RECURSOS HUMANOS EN PEQUEÑOS NEGOCIOS O MICROEMPRESAS	15
325 GESTIÓN DEL ESTRÉS	25
326 GESTIÓN DEL TIEMPO, RECURSOS E INSTALACIONES	50
327 GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO	25
328 HABILIDADES DE COMUNICACIÓN	25
329 HABILIDADES DIRECTIVAS	50
330 HABILIDADES DIRECTIVAS Y NEGOCIACIÓN	50
331 HABILIDADES PERSONALES Y SOCIALES	10

CURSO	HORAS
332 HERRAMIENTAS PARA LA GESTIÓN DE PROYECTOS	50
333 INNOVACIÓN Y CREATIVIDAD	50
334 INTELIGENCIA EMOCIONAL	25
335 INTERACCIÓN PERSONAL	25
336 LA SALUD MENTAL DEL LÍDER	50
337 LIDERAZGO	25
338 LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO	15
339 MANAGEMENT SKILLS	75
340 MENTORING	15
341 MINDFULNESS	25
342 MOTIVACIÓN	25
343 NEGOCIACIÓN	25
344 ORGANIZACIÓN DE REUNIONES	20
345 ORGANIZACIÓN EMPRESARIAL Y DE RECURSOS HUMANOS	50
346 PERSUASIÓN	25
347 PRESENTACIONES EN PÚBLICO	25
348 PREVENCIÓN DEL MOBBING O ACOSO PSICOLÓGICO LABORAL	40
349 PROJECT MANAGEMENT	50
350 RECLUTAMIENTO Y SELECCIÓN DE PERSONAL	50
351 RESILIENCIA	25
352 RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS	25
353 RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS	25
354 TALENTO Y EMPRESA DIGITAL	30
355 TRABAJO EN EQUIPO	25
356 TRANSFORMACIÓN DIGITAL	25
TRANSPORTE	
357 CALIDAD PARA LA MEJORA DEL ALMACÉN	20
358 CARGA Y DESCARGA DE MERCANCIAS	10
359 DISEÑO DE ALMACENES	15
360 DISEÑO Y ORGANIZACIÓN DE ALMACÉN	50
361 GESTIÓN DE STOCKS Y ALMACÉN	30
362 GESTIÓN Y PREPARACIÓN DE PEDIDOS	20
363 LOGÍSTICA INVERSA	15
364 LOGÍSTICA Y CONTROL DE GESTIÓN	50

CURSO	HORAS
364 LOGÍSTICA Y CONTROL DE GESTIÓN	50
365 LOGÍSTICA Y OPERACIONES EN E-COMMERCE	50
366 OPERATIVA DE PREPARACIÓN DE PEDIDOS	10
367 ORGANIZACIÓN Y PLANIFICACION DE LOS SERVICIOS DE TRANSPORTE POR CARRETERA	30
368 SISTEMAS Y EQUIPOS EN LA PREPARACIÓN DE PEDIDOS	10



TALLERES Y HERRAMIENTAS SOCIALES

PRIMER SEMESTRE 2026

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. Incluye certificado de manipulador/a de alimentos.

Fecha: Lunes a Viernes del 2 al 11 de Marzo de 2026 de 10.00 a 13.00 h.

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 OPERACIONES AUXILIARES DE ALMACENES + CARRETIILLERO (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.

Fecha: Lunes a Viernes del 16 al 25 de Marzo de 2026 de 10.00 a 13.00 horas.

Duración curso: 120 horas (24 h presenciales, 16 estudio + 80 h de prácticas).

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.

Fecha: Lunes a Viernes del 7 al 16 de abril de 2026 de 10.00 a 13.00 h.

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 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. Incluye módulo de búsqueda de empleo.

Fecha: Lunes a Viernes del 20 al 29 de Abril de 2026 de 10.00 a 13.00 h.

Duración curso: 120 horas (24 h presenciales + 16 h online + 80 h de prácticas en empresa).

Cuota: Gratuito

Lugar: C.C. Las Fronteras.

CURSO DE OFIMÁTICA - APLICACIONES INFORMÁTICAS DE GESTIÓN (IMPARTIDO POR AIDE FORMACIÓN)

El alumnado adquirirá competencias básicas para el mantenimiento general de edificios, comunidades y jardines. Contenidos: limpieza, revisión de instalaciones, reciclaje, atención al cliente, emergencias, primeros auxilios y búsqueda de empleo.

Fecha: Lunes a Viernes del 4 al 13 de Mayo de 2026 de 10.00 a 13.00 h.

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

Cuota: Gratuito

Lugar: AIDE Formación (Paseo de la Estación, 2 - 2ºB izq. Torrejón de Ardoz).

CURSO DE MANTENIMIENTO DE EDIFICIOS COMUNES Y JARDINES (IMPARTIDO POR AIDE FORMACIÓN)

El alumnado adquirirá competencias básicas para el mantenimiento general de edificios, comunidades y jardines. Contenidos: limpieza, revisión de instalaciones, reciclaje, atención al cliente, emergencias, primeros auxilios y búsqueda de empleo.

Días: Lunes a Viernes del 4 al 13 de Mayo de 2026 de 10.00 a 13.00 h.

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

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

Horario: de 12:50 a 13:30 horas

Duración curso: Curso Escolar

Lugar: C.C. Las Fronteras

TALLER ESPAÑOL COMO LENGUA EXTRANJERA NIVEL A2 - GRATUITO

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

Días: Lunes, martes, jueves y viernes de 9:30 a 11:00 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 11:20 h a 12:40 horas

Duración curso: Curso Escolar

Lugar: C. C Las Fronteras

TALLER HOMOLOGACIÓN ESTUDIOS EXTRANJEROS - 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 INTEGRACIÓN INTERLINGÜÍSTICO 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 Escolar

Lugar: Concejalía de Inmigración

TALLER DE PENSAMIENTO MATEMÁTICO PARA LA INTEGRACIÓN 4º, 5º y 6º PRIMARIA y 1º 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.

Día: Viernes de 19.15 a 20.30 horas

Duración: Curso Escolar

Lugar: C.C. Las Fronteras

Inscripciones:

Teléfono: 916 78 19 10

mail: inmigracion@ayto-torrejón.es

Inscripción hasta cubrir plazas

| uned

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



UNED TORREJÓN DE ARDOZ

NORMAS DE MATRÍCULA

FECHAS PROVISIONALES

On line en www.uned.es:

ESTUDIOS DE GRADO

- Segundo plazo

Admisión: del 20 de enero al 12 de marzo de 2026

Matrícula: del 2 de febrero al 11 de marzo de 2026

PRUEBAS LIBRES ACCESO UNIVERSIDAD

Del 2 de febrero al 18 de marzo de 2026

ACCESO MÁS DE 40 POR ACREDITACIÓN PROFESIONAL

Del 23 de marzo al 23 de abril de 2026



Más
información
en la web:
www.unedmadrid.es

GRADO EN ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS

(Horarios provisionales)

PRIMER CURSO (Aulas 2.4 y 2.3)		
Asignatura	Día	Hora
Primer Semestre		
Introducción a la Microeconomía	X	16:30-18:00
Introducción a la Contabilidad	X	18:15-19:45
Economía Mundial	X	19:30-21:00
Introducción a la Economía de la Empresa	J	18:00-19:30
Matemáticas I	J	19:30-21:00
Segundo Semestre		
Introducción a las Finanzas	X	16:00-17:30
Introducción a la Macroeconomía	X	17:30-19:00
Historia Económica	X	19:00-20:30
Contabilidad Financiera	J	16:00-17:30
Introducción a la Estadística	J	17:30-19:00

SEGUNDO CURSO (Aulas 2.3 y 2.4)		
Asignatura	Día	Hora
Primer Semestre		
Matemática Financiera	L	17:00-18:30
Matemáticas II	L	18:30-20:00
Microeconomía	L	20:00-21:30
Economía de la Empresa	M	16:00-17:30
Introducción al Marketing	M	17:30-19:00
Segundo Semestre		
Renta y Dinero	L	16:00-17:30
Introducción al Derecho	L	17:30-19:00
Contabilidad Financiera Superior	L	19:00-20:30
Dirección de la Producción	M	17:30-19:00
Estadística Empresarial	M	19:00-20:30



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: Parte General y Persona	L	18:30-20:00
Fundamentos Clásicos de la Democracia y de la Admón.	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 de 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	17:30-18:30
Derecho Administrativo II	M	18:30-20:00
Derecho Constitucional II	M	20:00-22:00
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		
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 Procesal II	M	17:00-18:30
Derecho Administrativo IV	M	18:30-20:00
Derecho Mercantil III: Obligaciones y Contratos Mercantiles	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	17:00-18:30
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 ADULTOS

NORMAS GENERALES DE MATRÍCULA

- Ser mayor de 18 años o cumplirlos antes del 31 de diciembre de 2025.
- Los estudiantes menores de edad entre 16 y 18 años deberán presentar un contrato de trabajo por cuenta ajena con alta en la Seguridad Social.
- Las personas que hayan iniciado estudios (ESO, FPB o PCPI), aportarán certificación académica. Las personas que no puedan aportar certificado, realizarán una prueba de nivel o Valoración Inicial del Alumno (VIA) con el fin de orientar al nivel que corresponda.
- Pago único de 13 euros (empadronados en Torrejón de Ardoz).
- Duración del curso: hasta junio.
- Recogida de solicitudes de 9:00 a 21:00 h.
 - En la Escuela Municipal de Adultos.
 - En el portal de Torrejón Cultural: Escuela de Adultos.

CONÓCENOS

C/ Leandro de Fernández de Moratín,6
 (Complejo Deportivo Zona Centro José Antonio Paraíso, Barrio Verde)
 Tel: 916 76 63 54
 E-mail: ema@ayto-torrejón.es
www.torrejóncultural.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).

Nivel I. En horario de mañana: 09:30 a 13:30 y Tarde: 17:30 a 21:30
Nivel II. La matrícula finalizó el 28 de noviembre de 2025.

(Las personas que trabajen a turnos, podrán rotar en los dos horarios)

ENSEÑANZAS INICIALES I

Las personas que cursen estos estudios adquirirán una formación básica para su desarrollo personal, social y laboral.

Horarios: Mañana de 9:30 a 11:30 y de 11:30 a 13:30 h
 Tarde de 18:00 a 20:00 h

ENSEÑANZAS INICIALES II

Consolidación de conocimientos y preparación para promocionar a los cursos de ESO.

Horarios: Mañana de 9:30 a 12:30 h
 Tarde de 16:30 a 19:30 h

ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS

Aprendizaje de un español básico para desenvolverse en la vida cotidiana, favoreciendo su integración social y laboral.

Horarios: mañana de 9:30 a 11:30 y de 11:30 a 13:30 h.

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

ENSEÑANZAS PARA EL DESARROLLO PERSONAL Y LA PARTICIPACIÓN

- **Taller de psicología positiva y bienestar emocional.**
 Horario: jueves de 12:30 a 13:30 h
- **Taller de psicología positiva y bienestar emocional.**
 Horario: lunes de 18:30 a 19:30 h
- **Estrategias para encontrar empleo.**
 Horario: lunes de 16:30 a 17:30 h
- **Taller de matemáticas.**
 En horario de tarde
- **Inglés para la hostelería y la restauración.**
 Febrero y marzo. Horario: lunes de 17:30 a 19:30 h
- **Practica tu memoria.**
 Horario: martes de 11:30 a 12:30 h
- **Club de lectura.**
 A partir de marzo. Horario: jueves de 11:30 a 12:30 h
- **Inglés para viajar.**
 Abril y mayo. Horario: lunes de 17:30 a 19:30 h



LA CAJA DEL ARTE
CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS TORREJÓN DE ARDOZ



ESCUELA DE MÚSICA

PLAZAS DISPONIBLES

- ESTIMULACIÓN TEMPRANA
- MÚSICA Y MOVIMIENTO
- CLASES PARTICULARES DE INSTRUMENTO
(flauta, clarinete, trombón, trompeta,
violín, guitarra, percusión, piano,
bajo eléctrico, contrabajo...)
- AGRUPACIÓN CORAL
- COMBOS
- AGRUPACIÓN DE CUERDAS
- AGRUPACIÓN DE SAXOS

MÁS INFORMACIÓN EN SECRETARÍA DE LA CAJA DEL ARTE

ESCUELA DE DANZA

GRUPOS NUEVOS

PEQUEMODERNO (DANZA URBANA PARA PEQUES).
BALLET FITNESS (BARRE).
JAZZ LÍRICO.
DANZA FUSIÓN (CONTEMPORÁNEO- MOVIMIENTO LIBRE).
COMPAÑÍA SEMI-PROFESIONAL DE DANZA ESPAÑOLA Y
FLAMENCO.
TALLERES DE SEVILLANAS, BATA DE COLA, FOLKLORE
Y URBANO COMMERCIAL (BATALLAS).

PLAZAS DISPONIBLES

DANZA CONTEMPORÁNEA JUVENIL, INFANTIL Y ADULTO.
K-POP INICIACIÓN E INTERMEDIO.
FLAMENCO Y DANZA ESPAÑOLA INFANTIL Y ADULTO.
SWING INTERMEDIO.
BALLET CLÁSICO INFANTIL, JUVENIL Y ADULTO.
DANZA URBANA (HIP-HOP) TODAS LAS EDADES Y NIVELES.
DANZA URBANA (COMERCIAL) TODAS LAS EDADES Y
NIVELES.
PRE-DANZA.

NOVEDAD:

AMPLIA TU FORMACIÓN EN DANZA CON
DOS HORAS ADICIONALES GRATUITAS
EN LA DISCIPLINA QUE ELIJAS

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

ESCUELA DE TEATRO


LA CAJA DEL ARTE
CENTRO DE ARTES ESCÉNICAS TORREJÓN DE ARDOZ

GRUPOS NUEVOS

CORO ESCÉNICO: MELODÍA Y VERSO.
LECTURA DRAMATIZADA.
INTERPRETACIÓN ANTE LA CÁMARA.
LOCUCIÓN Y DISCURSO: APRENDE A HABLAR EN PÚBLICO.
HACIA UN TEATRO PROFESIONAL: DIRECCIÓN Y REGIDURÍA.
TEATRO AUTORES VIVOS.
TALLER INTEGRAL DE CINE.

PLAZAS DISPONIBLES

TEATRO INFANTIL Y JUVENIL VIERNES
TEATRO MUSICAL
RESAD

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

ESCUELA DE CIRCO

GRUPOS NUEVOS

TELAS AÉREAS INFANTILES
ARO Y LUNA AÉREO INFANTIL, JUVENIL Y ADULTO

PLAZAS DISPONIBLES

BUNGEE DANCE
TELAS AÉREAS JUVENIL Y ADULTO
ACROKIDS

MÁS INFORMACIÓN EN SECRETARÍA DE LA CAJA DEL ARTE



| cultura



| cultura

NUEVOS CURSOS

1º SEMESTRE 2026

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

INSCRIPCIONES:

Del 15 al 19 de diciembre en el centro cultural donde vaya a realizarse la actividad. Del 22 de diciembre al 2 de enero, la matrícula para cualquier centro podrá realizarse únicamente en Casa de Cultura y la Caja del Arte en horario de 9:30 a 13:30 horas.

A partir del 7 de enero de 2026, las secretarías de cada centro reanudarán la actividad en su horario habitual.

Las plazas se adjudicarán por orden de llegada.

REQUISITOS

Impreso debidamente cumplimentado y firmado con datos bancarios y fotocopia del DNI.

Horario de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 y de lunes a jueves 17:00 a 19:00 horas

CALENDARIO DEL CURSO:

PERIODO II

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026

PERIODO III

De 23 de marzo a 13 de junio de 2026

INICIO DEL CURSO:

7 de enero de 2026

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 CAJA DEL ARTE

NUEVOS CURSOS

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026
(2 periodos de pago)

CURSOS / TALLERES ANUALES

ARTE Y CREATIVIDAD INFANTIL (8 -12 AÑOS)

Jueves de 17:30 a 19:00 h.

Cuota: 56€/periodo.

DIBUJO Y PINTURA (ADULTOS)

Lunes 19:35 a 21:05 h.

Cuota: 56€/periodo

DIBUJO Y PINTURA INFANTIL (7 A 9 AÑOS)

Miércoles 17:30 a 19:30 h.

Cuota: 68€/periodo

PILATES Grupo 9

Lunes y miércoles 11:35 a 12:35 h.

Cuota: 68€/periodo.

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

CAPOEIRA, DIBUJO CON TINTA CHINA Y BOLIGRAFO, GAP, HIPOPRESIVOS, INICIACIÓN A LA CARACTERIZACIÓN, POLE DANCE, SCRAPBOOKING, TALLER NOVELA, YOGA.

(Consultar horarios disponibles en secretaría).

NOTAS:

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



C/ Joaquín Blume con C/ Eos. Tél. 912 35 31 98

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.

CURSOS / TALLERES TRIMESTRALES

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026 (pago único)

COSTURA CREATIVA: Una nueva vida para tu ropa, con técnicas fáciles y asequibles.

Viernes 10:00 a 12:00 h.

Cuota: 68€



C/ Londres, 5. Tel. 91 674 98 70.

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

CASA DE CULTURA

NUEVOS CURSOS

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026
(2 periodos de pago)

CURSOS / TALLERES ANUALES

APRENDE MÓVIL ANDROID Iniciación grupo 1

Martes 16:00 a 18:00 h.

Cuota: 68€/periodo

DECORACIÓN TEXTIL: Aprende distintas técnicas aplicadas a los textiles.

Viernes 16:00 a 18:00 h.

Cuota: 68€/periodo

INGLÉS A2

Jueves 17:00 a 19:00 H.

Cuota: 68€/periodo

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

APRENDE MÓVIL ANDROID iniciación, BAILES DE SALÓN avanzado, BISTURIA CON REXINA EPOXI, CONOCER MADRID, CORRIENTES LITERARIAS Y ESCRITURA CREATIVA, DIBUJO Y PINTURA ADULTOS E INFANTIL, HISTORIA DEL ARTE desde el s. XVI, HISTORIA DEL ARTE iniciación, INGLÉS nivel 0, INGLÉS nivel A1, INTERNET PC Y MÓVIL ANDROID nivel medio, LENGUA DE SIGNOS nivel medio, PILATES, RITMOS LATINOS nivel medio, SEVILLANAS nivel avanzado, TAICHI Y YOGA.

(Consultar horarios disponibles en secretaría).

INGLÉS PREPARACIÓN AL FIRST

Martes 19:00 a 21:00

Cuota: 68€/periodo

RAREZAS DEL ARTE: Un recorrido por las rarezas y excentricidades de la historia de la pintura.

Jueves 10:00 a 12:00 h.

Cuota: 68€/periodo

CURSOS / TALLERES TRIMESTRALES

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026 (pago único)

INICIACIÓN A LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL CON CHATGPT, GEMINI, COPILOT Y MÁS (para ordenador y móvil Android).

Jueves 19:30 a 21:30 h.

Cuota: 68€

NOTAS:

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

C.C. EL PARQUE

NUEVOS CURSOS

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026
(2 periodos de pago)

CURSOS / TALLERES ANUALES

CONOCER MADRID Grupo 3

Martes de 12:00 a 14:00 h.

Cuota: 68€/periodo

OFIMÁTICA: Domina WORD, EXCEL, POWERPOINT y ACCESS (Se requieren conocimientos mínimos de informática)

Lunes 19:30 a 21:30 h.

Cuota: 68€/periodo

REALIZA TRÁMITES Y GESTIONES ONLINE (Se requieren conocimientos mínimos de informática)

Martes 9:30 a 11:30 h.

Cuota: 68€/periodo

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

DANZA BOLLYWOOD, CORTE Y CONFECCIÓN, CROCHET nivel intermedio, DIBUJO Y PINTURA Adultos DIBUJO Y PINTURA Infantil, HISTORIA DE ESPAÑA, HISTORIA DEL ARTE, INGLÉS nivel A1 y nivel A2 +, LA NOVELA ACTUAL: claves para entender la narrativa contemporánea, LETTERING: caligrafía moderna, PATCHWORK, PILATES REHABILITACIÓN, SEVILLANAS nivel intermedio, YOGA. [Consultar horarios disponibles en secretaría].

NOTAS:

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



C/ Hilados, s/n. Tel. 916 74 98 51

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.

TALLER DE MANUALIDADES

Viernes 10:00-12:00 h.

Cuota: 68€/periodo

TALLER DE PIROGRABADO: Dibuja sobre madera, cartón, metal, cuero...

Martes 20:00-21:30 h.

Cuota: 56€/periodo

PILATES Grupo 9

Martes y Jueves 17:30 a 18:30 h.

Cuota: 68€/periodo

CURSOS / TALLERES TRIMESTRALES

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026 (pago único)

COCINA ASIÁTICA: China, India y Japón.

Martes 10:00 a 13:00 h.

Cuota: 80€



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.

C.C. RAFAEL ALBERTI

NUEVOS CURSOS

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026
(2 periodos de pago)

CURSOS / TALLERES ANUALES

CATA DE VINOS

Lunes 19:00 a 21:00 h.
Cuota: 68€/periodo

DANZA FUSIÓN LATINO-ORIENTAL

Jueves 17:25 a 19:05 h
Cuota: 56€/periodo

DIBUJO Y PINTURA ADULTOS

Martes 19:00 a 21:00 h.
Cuota: 68€/periodo

DIBUJO Y PINTURA JUVENIL (12 A 16 AÑOS)

Jueves 17:30 a 19:00
Cuota: 56€/periodo

PILATES Grupo 4

Martes y jueves 18:00 a 19:00 h.
Cuota: 68€/periodo

PILATES Grupo 10

Lunes y miércoles 11:00 a 12:00 h.
Cuota: 68€/periodo

REIKI

Miércoles 17:00 a 19:00 h.
Cuota: 68€/periodo

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

CATA DE CERVEZAS, ESCRIBE TU NOVELA, GAP, MAQUILLAJE INICIACIÓN, MAQUILLAJE AVANZADO, PILATES, YOGA.
(Consultar horarios disponibles en secretaría).

NOTAS:

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 de secretaría: de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h y de lunes a miércoles de 16:00 a 18:00 h.

NUEVOS CURSOS

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026
(2 periodos de pago)

CURSOS / TALLERES ANUALES

BAILE URBANO: Comercial, Locking, Afro...

Lunes y miércoles 17:30 a 18:30 h.

Cuota: 68€/periodo

BOLILLOS

Lunes de 16:00 a 19:00 h.

Cuota: 80€/periodo

DIBUJO Y PINTURA ADULTOS

Martes 19:30 a 21:30 h.

Cuota: 68€/periodo

GAP

Lunes y miércoles de 19:40 a 20:40 h.

68€/periodo

PILATES REHABILITACIÓN grupo 5

Martes y jueves 12:40 a 13:40 h.

68€/periodo

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

PILATES DANCE, PILATES REHABILITACIÓN, SEVILLANAS INTERMEDIO, TAICHI.

(Consultar horarios disponibles en secretaría).

NOTAS:

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 email o contacta con nosotros en voluntariado@ayto-torrejón.es o en el teléfono 91 678 38 68.

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

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

Se realizarán las preinscripciones y desde la concejalía se confirmará la plaza a los admitidos.

Para la realización de las actividades se necesitará contar con un número mínimo de participantes.

A partir del 12 de enero, de 10:00 a 14:00 horas

CONCEJALÍA DE VOLUNTARIADO. Centro Polivalente Abogados de Atocha.

C/ Londres 11 B. 2ª planta. Tel. 91 678 38 68

voluntariado@ayto-torrejón.es

Las personas inscritas en la concejalía de Voluntariado tendrán prioridad en las plazas de los cursos ofrecidos por la concejalía de Voluntariado.

CURSOS ESPECÍFICOS DE VOLUNTARIADO IMPARTIDOS POR LA ESCUELA DE VOLUNTARIADO DE LA COMUNIDAD DE MADRID.

Cursos	Fecha	Precio
INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL VOLUNTARIADO	27 y 28 enero de 16:30 a 20:00 h.	Gratuito
CURSO VOLUNTARIADO INICIAL	2, 3 y 4 febrero de 17:00 a 20:00 h.	Gratuito
CONTABILIDAD PARA ENTIDADES SIN ÁNIMO DE LUCRO	Marzo (fecha por determinar)	Gratuito
RELACION Y MINDFULNESS PARA AYUDAR AL BIENESTAR	Abril (fecha por determinar)	Gratuito
LECTURA TEATRALIZADA PARA EL ACOMPAÑAMIENTO EN SITUACIONES DE SOLEDAD NO DESEADA	Mayo (fecha por determinar)	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
CÓMO CREAR UNA ASOCIACIÓN SIN ÁNIMO DE LUCRO	11 de febrero	18:00 a 19:00 h.	Gratuito
VOLUNTARIOS EN MOVIMIENTO (BAILE)	Enero: 14 y 28 Febrero: 4 y 18 Marzo: 4 y 18 Abril: 8 y 22 Mayo 6 y 20 Junio: 3 y 17	18:00 a 19:00 h.	Gratuito

	Días	Horario	Precio
TALLER PRIMEROS AUXILIOS IMPARTIDO POR PROTECCIÓN CIVIL	18 de febrero	18:00 a 19:00 h.	Gratuito
TEJIENDO FLORES DE VOLUNTARIADO TALLER DE GANCHILLO/CROCHET Y PUNTO	Jueves desde el 15 de enero	11:00 a 12:30 h.	Gratuito
CONSEJOS DE SEGURIDAD CIUDADANA IMPARTIDO POR POLICÍA NACIONAL	Fecha por determinar	-	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

(los horarios pueden sufrir cambios)

• CAMINAR PARA ESTAR EN FORMA Y SOCIALIZAR (RUNNERS TORREJÓN DE ARDOZ)

Martes y jueves de 20:30 - 21:30 h.

• VOLUNTARIADO EN IDIOMAS, ESPACIOS PARA SOCIALIZAR CONVERSANDO EN INGLÉS (NO SON CLASES)

Lunes de 18:00 a 19:00 h.

En la programación hay actividades que cuentan con la colaboración de voluntarios y asociaciones sin ánimo de lucro.

Síguenos en redes sociales:



voluntariadotorrejondeardoz



voluntariadotorrejondeardoz



oferta deportiva municipal

2026



Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO



NORMATIVA GENERAL DE LA OFERTA DEPORTIVA MUNICIPAL

1. Impresos y documentación

Cumplimentar debidamente la solicitud de inscripción: datos personales, de actividad y bancarios, aportando justificante de los mismos (cartilla, recibo domiciliado, etc.).

Los impresos están disponibles en nuestras oficinas de atención al público, en nuestros puntos de control e inscripciones y en nuestra página web.

2. Pago de inscripciones

Abonar cuota correspondiente al primer bimestre/trimestre y 12,10 euros en concepto de matrícula (6,00 euros con ADM). Se abonará una matrícula por cada actividad (descuento del 50% a partir de la 2ª matrícula).

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la Concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a los precios de las actividades.

En caso de no comunicar baja (mediante 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.

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

Los precios de las escuelas deportivas se incrementarán para los no empadronados en un 25% y en 3 euros la matrícula.

3. Bajas o renunciaciones

Para tramitar la baja se deberá entregar el impreso de solicitud de baja. **La solicitud debe presentarse con anterioridad a la finalización del bimestre/trimestre en curso y de forma presencial.** Si no se generará el pago sin posibilidad de devolución.

El simple hecho de no asistir a clase no exime del pago del correspondiente trimestre/bimestre.

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, abonará matrícula.

El importe de la matrícula y del carnet no se devolverán en ningún caso.

4. Reserva de plaza

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

5. 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-torreon.es/normativas>

6. Edades

La edad de cada grupo se comunicará en cada caso.

CLASES COLECTIVAS

Inscripciones

Atención presencial

1. **Ciudad Deportiva Joaquín Blume**
Teléfono: 91 656 31 11. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas
2. **Complejo Deportivo Calle Londres**
Teléfono: 91 656 14 83. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas
3. **Complejo Deportivo Juan Antonio Samaranch**
Teléfono: 91 677 33 08. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
Sábados, domingos y festivos de 8:30 a 14:00 horas

CLASES COLECTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF RUNNING

Nacidos desde 1960 a 2007.

	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 1960 a 2007.

	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 2007 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
	L-X-V	16:15 - 17:00
	X	09:15 - 10:00

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 2007 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 2017 a 2021.

	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 2007 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 2007 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 1960 a 2007.

	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 1960 a 2007.

	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 1960 a 2007.

	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 TABATA STRETCH

Nacidos desde 1960 a 2007.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	X	13:30 - 14:00

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

TF TOTAL BODY

Nacidos desde 1960 a 2007.

	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 2019 a 2021.

	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 €)**

URBAN DANCE

Nacidos desde 2013 a 2017.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos.	M-J	17:15 - 18:00

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

URBAN DANCE II

Nacidos desde 2008 a 2012.

	DÍAS	HORA
	M-J	18:00 - 18:45

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

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

TF DANCE FITNESS

Nacidos desde 1960 a 2007.

	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 2007 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

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

YOGA FLEX

Nacidos en 2007 y anteriores.

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

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

PILATES MAT

Nacidos en 2007 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
		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 €)**

ZONA MEDIA

Nacidos en 2007 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 2020 y anteriores

Actividad promovida por Club Kung Fu Torrejón

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

Inscripciones: del 17 al 19 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

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 2007 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 2007 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 2007 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 2007 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 2007 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 2018 a 2020.

	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 2013 a 2017.

	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 2008 a 2012.

	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 1960 a 2007.

	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 1960 a 2007.

	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 1960 a 2007.

	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 2007 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 2007 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 2007 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 2007 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 2007 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 2007 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 2007.

	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 2017 a 2021.

	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 sama@esgrimamadrid.com o 917 653 308 / 638 126 984

INSTALACIÓN		DÍAS	HORA
PABELLÓN JORGE GARBAJOSA	INFANTIL	L-X	17:00 - 18:00
	8-12 años según nivel		
	JUVENIL	L-X	18:00 - 19:00
	De 13 a 16 años		
	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

BOXEO DEPORTIVO

Desde 10 años.

Contacto: 639 08 02 18 ó whatsapp

Inscripciones: Club Deportivo Inacua. C/ Claudio Coello s/n. Horario de 19:00 a 20:00 h.

	DÍAS	HORA
INFANTIL	M-J	18:00 - 19:00
ADULTOS		19:00 - 20:00

Actividad gestionada por el Club.

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

Adultos: 2 días (1 hora) - 56,00 €/trimestre (ADM 45,00 €)

FRONTENIS

Desde 6 años.

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.

Contacto: 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	L	18:30 - 20:30
C.D. JOAQUÍN BLUME - 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.

Contacto: clubatletismotorrejon@gmail.com

<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.

Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

Contacto: clubatletismotorrejon@gmail.com

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

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 €)**

AJEDREZ

Según edad y nivel.

Contacto: Tlf: 687 86 87 94. escuelas.ajedrez.torreon@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 €)

GIMNASIA RÍTMICA

A partir de 5 años.

Contacto: escuelas@ritmicatorreon.es

Descargar formulario y acudir a la instalación deseada con él cumplimentado.

Actividad promovida por Club Escuela Gimnasia Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	M-J	16:30 - 17:15* 17:15 - 18:15*
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

Contacto: Tlf: 666 49 30 81. judocorredor@gmail.com

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

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.

Contacto: Tlf: 666 49 30 81. judocorredor@gmail.com

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.

Contacto: karatatorrejon@yahoo.es

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

Actividad gestionada por el Club.

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

PARAKARATE

Necesario contactar con este club.

Horario de la actividad a determinar por el club.

KARATE ADULTOS

A partir de 14 años.

Contacto: karatatorrejon@yahoo.es

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 €)**

INICIACIÓN AL PATINAJE

Desde 4 años.

Curso de octubre a junio

Contacto: Tlf: 677 50 74 16 de 18:00 a 20:00 h.
clubpatintorrejon@gmail.com.



PATINAJE INFANTIL

4 a 15 años.

Contacto: Tlf.: 677 507 416. En el correo clubpatintorrejon@gmail.com.

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*
	Avanzado	18:00 - 19:00
	V	18:00 - 19:30*

PATINAJE ADULTO

Desde 16 años.

Contacto: 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

Contacto: cdepadeltorrejonescuelas@gmail.com

Actividad promovida por el CLUB PADEL TORREJÓN.

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

Contacto: 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

Contacto: Tlf: 675 642 605 / 629 872 525

clubdetenistorrejon@clubdetenistorrejon.com.

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
tenisdemesatorrejondeardo@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 €)**

ESCALADA

Entrenamiento (infantil/adulto).

Inscripciones: a través del correo club@nemus.org o 619 801 526.

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 €/bimestre **(ADM 43,60 €)**

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

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

ESCALADA

4 trimestres del 01/07/25 al 30/06/26.

Uso libre

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

Será necesario estar federado y realizar prueba de nivel, en horario de 20 a 21 h.
Personarse martes o jueves en el Rocódromo, pabellón Javi Limones.

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 €)**

Matrícula: 12,10 € - **(ADM 6,00 €)**



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.

Personas interesadas pueden ponerse en contacto con:
info@balonmanotorrejón.com

Actividad promovida por Club Balonmano Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	AÑO NACIMIENTO
CEIP ANTONIO MACHADO	L-X	16:00 - 17:00	2014-2019
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	16:00 - 17:00	2014-2019
CEIP ANDRÉS SEGOVIA	L-X	16:00 - 17:00	2014-2019
GINER DE LOS RÍOS	L-X	16:00 - 17:00	2014-2019
JAIME VERA	M-J	16:00 - 17:00	2014-2019
JUAN RAMÓN JIMÉNEZ	M-J	16:00 - 17:00	2014-2019
CEIP MIGUEL DE CERVANTES	M-J	16:00 - 17:00	2012-2013
CD JOAQUÍN BLUME	L-X-V	17:15 - 19:15	2012-2013

Actividad gestionada por el Club.

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

BALONCESTO

Según edad y nivel.

Contacto: informacion.tbs@gmail.com

Actividad promovida por Club B́asket Torrejón

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

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

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

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 €/trimestre (ADM 19,00 €)

RUGBY

Actividad promovida por el Club de Rugby

Contacto: 641 60 05 26 / 619 25 54 95

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 €)



BEISBOL

Niños de 7 a 15 años

Contacto: en horario de 9:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:00 h. contactando a los tels. 682 07 17 57 / 623 46 39 10

Campo de Softball, C.D. Joaquín Blume. Entrada por Barrio del Castillo

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	NIVEL
CAMPO DE SOFTBALL	L-X-V	17:30 - 19:30 ⁽¹⁾	7 a 10 años
		16:30 - 18:30 ⁽²⁾	11 a 15 años

Actividad gestionada por el Club de Softball Torrejón de Ardoz

⁽¹⁾Horario de verano. ⁽²⁾Horario de invierno.

VOLEIBOL

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Voleibol Torrejón

Contacto: cgvoleiboltorrejón@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 €)

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

Disponibles equipos femeninos

Contacto: 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

Contacto: Tlf. 669 603 683 / 645 818 557

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

Contacto: 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

Contacto: Tlf: 656 92 21 89 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

Contacto: Tlf: 600 52 36 92. De 19:00 a 21:00 h.

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

Actividad gestionada por el Club.

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

NATACIÓN

1. Inscripciones

■ 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
- Complejo Deportivo Juan Antonio Samaranch
Teléfono: 916 77 33 08
Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas
Sábados, domingos y festivos de 8:30 a 14:00 horas.

2. Documentación

Hoja de inscripción junto con prueba de nivel sellada y firmada.

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

(No es necesaria para bebés y pre-infantil)

- Una vez iniciado el curso solicitar una prueba de nivel mediante cita previa

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

4. Grupos por edades

- **Bebés:** nacidos en 2024 y 2025 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).
- **Pre-Infantil:** nacidos en 2022 y 2023.
- **Infantil I:** nacidos desde 2017 a 2021.
- **Infantil II:** nacidos desde 2011 a 2016.
- **Adulto:** nacidos desde 1964 a 2009.
- **Tercera Edad:** nacidos en 1963 y anteriores.



COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

NACIÓIN BEBÉS

Nacidos en 2024 y 2025 (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 €)**

NACIÓIN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2022 y 2023.

	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 €)**

NACIÓIN INFANTIL I

Nacidos desde 2017 a 2021.

	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
		V	16:00-17:00 17:00-18:00 19:00-20:00
		S	10:00-11:00 13:00-14:00 11:00-12:00 13:00-14:00
			D
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
	V	16:30-17:30 17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00	
	S	11:00-12:00 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 2011 a 2016.

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
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
	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 2010.

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
	M-J	10:30-11:00 11:00-11:30 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

Nacidos en 2007 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

	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.

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

C.D. LONDRES. 1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre.

	DÍAS	HORA
	V	15:50-16:20 16:20-16:50 16:50-17:20 17:20-17:50

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 2024 y 2025 (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 2022 y 2023.

	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	19:30-20:00
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	19:00-19:30
S ó D	10:00-10:45	10:45-11:30	11:30-12:15
		12:15-13:00	13:00-13:45*
		13:45-14:30	14:30-15:15
D	17:00-17:45	17:45-18:30	

* Solo sábados

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 2017 a 2021.

	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*	19:30-20:00
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	
D	17:00-18:00	18:00-19:00	

* Solo sábados

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	
	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 2017 a 2021.

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 18:00-19:00
	S	11:00-12:00 12:00-13:00
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 19:00-20:00
	S	10:00-11:00
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 2011 a 2016.

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 12:00-13:00
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 19:00-20:00
	S	11:00-12:00 12:00-13:00
Perfeccionamiento	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 1963 a 2010.

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

TE AQUAPILATES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1960 a 2009.

	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 €)**

TE AQUAEROBIC

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1960 a 2009.

	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 €)**

SWIMMING TRAINING Perfeccionamiento Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1960 a 2009.

	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 20:30-21:00
	V	20:00-21:00
	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 €)

AQUAGYM Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1960 a 2009.

	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 1960 a 2009.

	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 €)

AQUAEXTREM Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1960 a 2009.

	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 1960 a 2009.

	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 1960 a 2009.

	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 1960 a 2009.

	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 1960 a 2009.

	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
	V	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

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1960 a 2009.

	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 1960 a 2009.

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 1960 a 2009.

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
V	16:00-16:30	
		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)	M-J	09:30-10:00

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

COMPLEJO DEPORTIVO JUAN A. SAMARANCH

TE SWIMMING TRAINING Perfeccionamiento Intensidad: ♥♥♥ Alta
Nacidos desde 1960 a 2009.

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 01/09/2025 al 30/06/2026

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)

TURNOS	DÍAS	HORA
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 01/07/2025 al 31/08/2026

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



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



- 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.

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 €	

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	
	NO EMPADRONADO		EMPADRONADO	NO EMPADRONADO	
	lunes a jueves	V, S, D, Festivo y vispera 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 €

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

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. En la que el pago puede ser anual, semestral o trimestral.

** 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 Strech, 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, Aquadinamic, Aquadance, Aquaextreme, Aquapilates, Aquafit, Swimming Training

CATEGORÍAS	PRECIO/MES	PRECIO/MES NO EMPADRONADO
TARJETA FITNESS JÓVEN (a partir de 18 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 €





INSTALACIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES

1 Pabellón Jorge Garbajosa

Ctra. Torrejón-Ajalvir - km 1,2. - T. 91 677 71 53

Instalaciones: Pabellón cubierto (2.700 espectadores).

Horario: En función de la programación deportiva.

2 Pabellón Polideportivo M4 Sonia Abejón

C/ La Plata, s/n. - T. 91 677 60 92

Instalaciones: Pabellón cubierto polideportivo (220 espectadores), sala de Artes Marciales.

Horario: En función de la programación deportiva

3 Campos de Fútbol José María Gutiérrez Hernández "Guti"

Avda. de la Constitución, s/n.

Instalaciones: 4 campos de fútbol 7 ó 2 campos de fútbol 11 de hierba artificial.

Horario: En función de la programación deportiva

4 C.D. Londres

C/ Londres, 11. - T. 91 656 14 83

Instalaciones: Piscina cubierta. 6 pistas de pádel, 1 pista de patinaje, gimnasio de fitness y musculación, 2 campos de fútbol-7 (hierba artificial).

Horario de atención al público:

De 8:30 a 21:00 de lunes a viernes.

De 8:00 a 21:00 sábados, domingos y festivos.

Horario de piscina cubierta:

De 9:00 a 22:00 de lunes a sábados.

De 9:00 a 14:30 domingos y festivos.

5 C.D. El Juncal

C/ Londres, 25 - T. 91 677 90 70 - F. 91 677 83 49

Instalaciones: Oficinas de la concejalía de Deportes, velódromo, 3 canchas de baloncesto, 9 pistas de tenis, 2 pistas de pádel, sala de clases colectivas, sala de artes marciales.

Horario de atención al público: De 8:30 a 14:30 de lunes a viernes.

6 Campo de Fútbol Las Veredillas

C/ Turín, s/n - T. 91 656 03 65

Instalaciones: Campo de césped artificial, graderío cubierto (500 espectadores), 4 vestuarios independientes.

Horario: En función de la programación deportiva.

7 C.D. Juan Antonio Samaranch

C/ San Fernando, s/n - T. 91 677 33 08

Instalaciones: Piscina con oleaje artificial, vaso de chapoteo, piscina cubierta. 2 campos de fútbol 7 ó 1 campo de fútbol 11 de hierba artificial.

Horario de atención al público:

De 8:30 a 21:00 de lunes a viernes.

De 8:00 a 14:00 sábados, domingos y festivos.

De 11:30 a 20:00 de lunes a domingo (junio, julio y agosto).

Horario de piscina cubierta:

De 9:00 a 22:00 de lunes a viernes.

De 9:00 a 14:30 sábados, domingos y festivos.

Horario de piscina de verano:

De 11:30 a 20:00 de lunes a domingos.

8 Campo de Fútbol Las Fronteras

C/ Salvador Allende, s/n.

Instalaciones: 2 campos de fútbol 7 ó 1 campo de fútbol 11 de hierba artificial.

Horario: En función de la programación deportiva.

9 C.D. Zona Centro José Antonio Paraíso

Plaza de Pablo Olavide, s/n. - T. 91 675 17 60

Instalaciones: Pabellón cubierto (900 espectadores) y gimnasio de fitness y musculación.

Horario: En función de la programación deportiva.

10 C.D. Joaquín Blume

C/ Joaquín Blume, s/n. - T. 91 656 31 11

Instalaciones: Piscina cubierta, Piscina de verano. Pabellón cubierto "Javi Limones" (900 espect.) Pista de atletismo, frontón grande, frontón pequeño, 2 campos de fútbol de tierra, 1 pabellón multifuncional, 4 pistas de baloncesto, 2 pistas de voleibol, 2 pistas de fútbol sala, 8 pistas de tenis. 6 pistas de frontenis, 1 muro de escalada interior.

Horario de atención al público:

De 8:30 a 21:00 de lunes a viernes.

De 8:00 a 21:00 sábados, domingos y festivos.

Horario de piscina cubierta:

De 9:00 a 22:00 de lunes a viernes.

De 9:00 a 14:30 sábados, domingos y festivos.

Horario de piscina de verano:

De 11:30 a 20:00 de lunes a domingos.

oferta deportiva municipal

2026



Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO



@torrejondexte



@TorrejonDxte

| igualdad



NUEVOS CURSOS 1º SEMESTRE 2026

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

INSCRIPCIONES:

Del 15 al 19 de diciembre en el centro cultural donde vaya a realizarse la actividad. Del 22 de diciembre al 2 de enero, la matrícula para cualquier centro podrá realizarse únicamente en Casa de Cultura y la Caja del Arte en horario de 9:30 a 13:30 horas.

A partir del 7 de enero, las secretarías de cada centro reanudarán la actividad en su horario habitual.

Las plazas se adjudicarán por orden de llegada.

REQUISITOS:

Impreso debidamente cumplimentado y firmado con datos bancarios y fotocopia del DNI.

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

CALENDARIO DEL CURSO:

PERIODO II

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026

PERIODO III

De 23 de marzo a 13 de junio de 2026

INICIO DEL CURSO:

7 de enero de 2026

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. Email: igualdad@ayto-torreon.es

CASA DE LA CULTURA

C/ Londres, 5. Tel. 91 674 98 70. 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.



NUEVOS CURSOS

CURSOS / TALLERES ANUALES

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026 (2 periodos de pago)

INFORMÁTICA BÁSICA nivel 0 grupo 2

Miércoles 9:30 a 11:30 h

Cuota: 39,50€/periodo

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

(Consultar información en Secretaría)

*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 30 de enero.

Y a partir del 2 de febrero sólo plazas disponibles.

Información e inscripciones en: Centro Polivalente Abogados de Atocha, C/Londres N.º 11B, 1ª planta.

Tel. 916783863 de 9:30 a 13:30 horas y de 16:00 a 18:30 horas o en cursoseigualdad@ayto-torrejón.es

¡SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES!

tanto en Facebook como Instagram en

[concejaliaigualdadtorrejon](https://www.facebook.com/concejaliaigualdadtorrejon)



Código QR para
inscripción
talleres C. Igualdad



Código QR para
inscripción talleres C.
Igualdad en FAMILIA

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Precio	Plazas
CREANDO ARTE E IGUALDAD EN FAMILIA. (MENORES DE 4 A 9 AÑOS). Potencia tu creatividad y cooperación en familia a través de la pintura y/o la escultura.	viernes	17:30-19:30 h.	6 de febrero	Gratis	Plazas disponibles por orden de inscripción. 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 h.	27 de febrero	Gratis	Plazas disponibles por orden de inscripción. Prioridad a aquellas familias que no hayan participado con anterioridad en estos talleres
JUEGOS DE ENIGMAS EN IGUALDAD PARA FAMILIAS. (MENORES DE 4 A 9 AÑOS) Tendrás que encontrar las pistas ocultas que te llevarán al "Tesoro".	viernes	17:30-19:30 h.	13 de marzo	Gratis	Plazas disponibles por orden de inscripción. Prioridad a aquellas familias que no hayan participado con anterioridad en estos talleres
JUEGO DE LA OCA EN IGUALDAD. (MENORES DE 4 A 9 AÑOS) A través de este juego clásico aprenderéis la distribución equitativa de las tareas del hogar.	viernes	17:30-19:30 h.	10 de abril	Gratis	Plazas disponibles por orden de inscripción. Prioridad a aquellas familias que no hayan participado con anterioridad en estos talleres
CUENTA CUENTOS EN FAMILIA POR LA IGUALDAD. FAMILIAS DIFERENTES. (MENORES DE 4 A 9 AÑOS) Cada familia es única y eso aprenderán nuestros menores a través de un cuento en Familia.	jueves	17:30-19:30 h.	15 de mayo	Gratis	Plazas disponibles por orden de inscripción

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Precio	Plazas
PRACTICA EL AUTOAMOR. CARTAS PARA TU YO INTERIOR. Un taller creativo para expresar tus emociones.	miércoles	18:00-20:00 h.	4 al 25 de febrero	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
MAMY MANITAS.” REPARA TU HOGAR, SE AUTÓNOMA”. El objetivo de este taller es fomentar la autonomía personal, aprendiendo pequeñas reparaciones de mobiliario y bricolaje.	jueves	17:00-19:00 h.	12 y 19 de febrero	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
SE TU MEJOR AMIGA. PRACTICA EL AUTOCUIDADO. En este taller trabajamos la autoestima, dando las herramientas para practicar el autocuidado.	lunes	10:00-12:00 h.	2 al 23 de marzo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER DE ARTETERAPIA. REPARA TUS HERIDAS. Abraza tus heridas, acepta y transforma tus “grietas” a través de la arteterapia.	martes	10:00-12:00 h.	7 al 28 de abril	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
MAMY MANITAS.” REPARA TU HOGAR, SE AUTÓNOMA”. El objetivo de este taller es fomentar la autonomía personal, aprendiendo pequeñas reparaciones de electricidad.	jueves	17:00-19:00 h.	9 y 16 de abril	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
INGLÉS PARA VIAJERAS. ONLINE. Aprende vocabulario para tus viajes al extranjero. Hacer check-in, pedir transporte, menú, etc.	lunes	17:00-19:00 h.	13 de abril al 4 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER DE NUTRICIÓN Y SALUD. Aprenderemos una serie de hábitos de nutrición para mejorar nuestra salud en diferentes etapas de nuestra vida.	martes	10:00-12:00 h.	5 al 26 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
MOVIMIENTO: RÍE, CONFÍA Y SUELTA. LLÉNATE DE VITAMINAS. Taller de expresión corporal donde a través del movimiento aprenderemos a soltar nuestro cuerpo y llenarnos de energía.	viernes	17:00-19:00 h.	8 al 29 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
TALLER DE MAQUILLAJE CREATIVO Y DRACK. El objetivo pasar una tarde diferente usando como medio principal el maquillaje Creativo. Se aporta el material necesario.	jueves	17:00-20:00 h.	18 de junio	Gratuito	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 - 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@dayto-torrejon.es

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Precio	Plazas
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO. Para usuarias del programa de empleo de Igualdad y usuarias del PMORVG.	martes y jueves	10:00-13:00 h.	3 de febrero al 5 de marzo	Gratuito	Taller a través de espacio de empleo
TALLER DE NEUROCIENCIA Y MOTIVACIÓN PARA EMPRENDEDORAS. (ONLINE). Donde aplicaremos los principios de la neurociencia para mejorar el rendimiento, la toma de decisiones y la resiliencia en el mundo empresarial.	viernes	10:00-12:00 h.	13 de febrero al 6 de marzo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
BÚSQUEDA DE EMPLEO CON INTELIGENCIA ARTIFICIAL. La inteligencia artificial puede ser una gran aliada en tu búsqueda de empleo, en este taller te daremos algunas pistas para sacarle mayor partido.	martes y jueves	10:00-13:00 h.	10 y 12 de marzo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción. Para mujeres en búsqueda de empleo
CURSO DE MOZA DE ALMACEN + CARNET DE CARRILLERA. Formación teórica de 24 horas presenciales y 80 horas prácticas en empresas.	lunes y miércoles	10:00-13:00 h.	6 al 29 de abril	Gratuito	Taller a través de espacio de empleo
TALLER DE AUTOCUIDADO Y EMPODERAMIENTO EN LA ENTREVISTA DE TRABAJO. Para mujeres en búsqueda de empleo.	lunes y miércoles	10:00-12:00 h.	4 AL 13 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción. Para mujeres en búsqueda de empleo
TALLER DE INFORMÁTICA BÁSICA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO. Para usuarias del programa de empleo de Igualdad y usuarias del PMORVG.	martes y jueves	10:00-13:00 h.	5 de mayo al 4 de junio	Gratuito	Taller a través de espacio de empleo
SERVICIO DE INTERMEDIACIÓN LABORAL PARA MUJERES QUE ESTEN EN PROGRAMA DE BÚSQUEDA DE EMPLEO EN LA CONCEJALÍA DE IGUALDAD					Solicitud de cita en programa de empleo

JORNADAS CON MOTIVO DEL DÍA INTERNACIONAL DE LA SALUD DE LAS MUJERES



Código QR para
Jornada Salud

Cursos/Talleres	Días	Horario	Fecha	Precio	Plazas
LA SALUD ESTA EN TUS MANOS, Jornada de autoexploración mamaria en colaboración con el Hospital Universitario de Torrejón de Ardoz. Esta jornada tiene como objetivo principal enseñar a cómo realizar una autoexploración mamaria de forma correcta, una práctica esencial para la detección temprana del cáncer de mama.	lunes	18:00-20:00 h.	18 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
JORNADA HABLAMOS DE CIBERACOSO Y ACOSO SEXUAL EN LA MUJER, en colaboración con el Hospital Universitario de Torrejón de Ardoz. Aprenderemos a como reconocerlo y como actuar ante este tipo de acoso.	martes	18:00-20:00 h.	19 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
JORNADA CONTROLA TU ANSIEDAD Y ESTRÉS, en colaboración con el Hospital Universitario de Torrejón de Ardoz. Aprenderemos técnicas de relajación y a controlar nuestro estrés.	jueves	18:00-20:00 h.	21 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
JORNADA DE CLIMATERIO Y MENOPAUSIA. En colaboración con el Hospital Universitario de Torrejón de Ardoz. Para mujeres de todas las edades, el climaterio y la menopausia son etapas de la vida de la mujer que implican cambios hormonales y físicos, en esta jornada abordaremos algunos de estos cambios.	miércoles	18:00-20:00 h.	27 de mayo	Gratuito	Plazas disponibles por orden de inscripción
	jueves	10:00-12:00 h.	28 de mayo		

PUNTO MUNICIPAL DEL OBSERVATORIO REGIONAL DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO



Punto Municipal
del Observatorio Regional de la
Violencia de Género

Ofrece atención integral para mujeres que sufren violencia de género.

- **ATENCIÓN PSICOLÓGICA:** Espacio de apoyo y recuperación del malestar y las secuelas psicológicas que provoca la violencia. Para iniciar una nueva vida sin violencia, recuperando la confianza personal y las capacidades para salir de estas situaciones y mejorar en la calidad de vida. Prevención de relaciones de abuso y violencia.
- **ATENCIÓN SOCIAL:** Acompañamiento y apoyo integral en el proceso de superación de la violencia, seguimiento e información, asesoramiento y gestión de recursos. Tramitación de ayudas económicas para mujeres y menores víctimas de violencia de género..
- **ASESORÍA JURÍDICA:** Asesoramiento especializado e información de todo lo relativo a denuncias, juicios, órdenes de protección, divorcio, custodia de los hijos e hijas... todos los aspectos jurídicos y legales.
- **ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA NIÑAS Y NIÑOS DE MUJERES QUE SUFREN VIOLENCIA DE GÉNERO.**

Horario del PMORVG de lunes a viernes de 08:00 a 20:00 h previa cita. Para citas telefónicas de lunes a viernes de 08:30 a 9:30 h. y de 12:00 a 18:45 h. También por mail: citasvg@dayto-torrejón.es

(*) Estos horarios pueden sufrir modificaciones en periodos vacacionales.





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:

Martes y Jueves de 17:00 a 19:00 h

Viernes de 11:00 a 13:00 h

Correo de contacto: salta@ayto-torrejón.es

TORREJÓN DE ARDOZ
Servicio de Atención LGTBI



Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

Concejalía de Igualdad

|juventud



CONCEJALÍA DE JUVENTUD

CONCEJALÍA DE JUVENTUD

Centro Polivalente Abogados de Atocha

C/ Londres 11-B, planta baja.

Tel.: 91 678 38 65

www.torrejonejoven.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.

NUEVOS CURSOS 1º SEMESTRE 2026

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

INSCRIPCIONES:

Del 15 al 19 de diciembre en el centro cultural donde vaya a realizarse la actividad. Del 22 de diciembre al 2 de enero, la matrícula para cualquier centro podrá realizarse únicamente en Casa de Cultura y la Caja del Arte en horario de 9:30 a 13:30 horas.

A partir del 7 de enero, las secretarías de cada centro reanudarán la actividad en su horario habitual.

Las plazas se adjudicarán por orden de llegada.

REQUISITOS:

Impreso debidamente cumplimentado y firmado con datos bancarios y fotocopia del DNI.

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

CALENDARIO DEL CURSO:

PERIODO II

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026

PERIODO III

De 23 de marzo a 13 de junio de 2026

INICIO DEL CURSO:

7 de enero de 2026

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.



NUEVOS CURSOS

CURSOS / TALLERES ANUALES

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026 (2 periodos de pago).

LA CAJA DEL ARTE

C/ Joaquín Blume con C/ Eos . Tel. 91 235 31 98

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.

Cursos/ Talleres Anuales	Día	Horario	Precio/Periodo
TALLER DE ESCRITURA CREATIVA: CREACIÓN DE RELATOS Y MICRORRELATOS (16 A 35 AÑOS)	Martes	17:30-19:30 h	63,00 €

CASA DE LA CULTURA

C/ Londres, 5. Tel. 91 674 98 70.

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.

Cursos/ Talleres Anuales	Día	Horario	Precio/Periodo
CÓMIC MANGA E ILUSTRACIÓN (14 A 18 AÑOS)	Lunes	18:00-20:00 h	63,00 €

C.C. EL PARQUE

C/ Hilados, s/n . Tel. 91 674 98 51.

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.

Cursos/ Talleres Anuales	Día	Horario	Precio/Periodo
INGLÉS NIVEL B1 (18 A 35 AÑOS)	Lunes	17:00-18:30 h	51,00 €

C.C. 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.

Cursos/ Talleres Anuales	Día	Horario	Precio/Periodo
ILUSTRACIÓN Y ANIMACIÓN DE PERSONAJES (18 A 35 AÑOS)	Martes	17:30-19:00 h	51,00 €

C.C. LAS FRONTERAS

C/ Salvador Allende, 7 . Tel. 91 674 97 72

horario de secretaria: de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h. y de lunes a miércoles de 16:00 a 18:00 h.

Cursos/ Talleres Anuales	Día	Horario	Precio/Periodo
HEELS DANCE - BAILE CON TACONES (18 A 35 AÑOS)	Viernes	20:00-21:30 h	51,00 €

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

ASESORÍA PSICOLÓGICA Y DE SEXUALIDAD(*)

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

(*) Cita Previa en el 91 678 38 65 o enviando un email a sij@dayto-torrejon.es

TEMPORADA DE NIEVE: 10€

Próximamente más información

RUTAS POR LA NIEVE: Raquetas de Nieve – Senderismo Invernal

S 21 FEBRERO: 18-35 AÑOS

D 22 FEBRERO: 18-35 AÑOS

S 28 FEBRERO: 14-17 AÑOS

D 1 MARZO: 18-35 AÑOS

VIAJE A FORMIGAL: 13 AL 15 DE MARZO Edades: 18 a 35 años: 335€ plaza (260€ empadronados Torrejón de Ardoz 18-35 años).

SALIDAS AULA DE OCIO Y NATURALEZA: 10€

S 11 ABRIL: RUTA A CABALLO (18-35 AÑOS)

S 18 ABRIL: VISITA CULTURAL ÁVILA (18-35 AÑOS)

S 13 JUNIO: PAINTBALL (14-17 AÑOS)

V 26 JUNIO: SENDERISMO NOCTURNO (18-35 AÑOS)



LA NOCHE ABIERTA

PLANES DIFERENTES EN TORREJÓN
X UN OCIO NOCTURNO SALUDABLE

17 ENERO: Pizzas y Torneo de ping pong.

24 ENERO: Pizzas + Torneo FC26 + Torrejón Fighting Videogame Community.

7 FEBRERO: Crea tu obra para el concurso Mari Puri Expres + Taller de caracterización + Sesión de Nintendo Switch.

21 FEBRERO: Scape room + Taller de lego.

7 MARZO: Cust8Mizate: Tote bags, chapas y tatuajes temporales por la igualdad + Torneo FC26: Goleadoras.

21 MARZO: Mini olimpiadas (ping pong, fútbolín, dardos...) y Rifa de premios.

CURSO DE MONITORES DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

Próximamente más información

XXXVI CONCURSO MARI PURI EXPRESS

Para jóvenes nacidos entre 1990 y 2012, ambos inclusive.

Modalidades: Fotografía / Mini Video / Pintura / Poesía / Relato Corto / Customización de Zapatillas / Pintura de Miniaturas / Diseño Gráfico.

Premios: 1er premio: 300 €, 2º premio: 200 €, 3er premio: 150 €, Premio Artista de Torrejón: 100 € Premio Artista Joven: 50 €

Plazo de presentación de obras: del 1 al 28 de febrero

Información y bases del Concurso: Concejalía de Juventud



TRAMITACIÓN
DEL CARNÉ JÓVEN
¡GRATUITO!

@torrejonjoven



educación e infancia



NUEVOS CURSOS 1º SEMESTRE 2026

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

INSCRIPCIONES:

Del 15 al 19 de diciembre en la Secretaría de La Caja del Arte y del CC Rafael Alberti. Del 22 de diciembre al 2 de enero, la matrícula para cualquier centro podrá realizarse únicamente en Casa de Cultura y La Caja del Arte en horario de 9:30 a 13:30 horas.

A partir del 7 de enero, las secretarías de cada centro reanudarán la actividad en su horario habitual.

Las plazas se adjudicarán por orden de llegada.

REQUISITOS

Impreso debidamente cumplimentado y firmado con datos bancarios y fotocopia del DNI.

Horario de Secretaría de La Caja del Arte y del CC Rafael Alberti: de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h y de lunes a jueves de 17:00 a 19:00 h.

CALENDARIO DEL CURSO:

PERIODO II

De 7 de enero a 21 de marzo de 2026

PERIODO III

De 23 de marzo a 13 de junio de 2026

INICIO DEL CURSO:

7 de enero de 2026

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.



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 2019 y 2024

TALLERES	Días		Horario	Precio/periodo (pago mensual)	
ALFABETILANDIA	Lunes	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 y 2024	16:00-17:00	22,00 €	NUEVO
		*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2021 y 2023	17:15-18:15	22,00 €	Solo plazas disponibles
EXPERIMENTA Y EXPLORA	Martes	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2021 y 2024	17:15-18:15	22,00 €	Solo plazas disponibles
MÚSICA	Miércoles	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2022 y 2024	16:00-17:00	22,00 €	Solo plazas disponibles
		*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2020 y 2023	17:15-18:15	22,00 €	
PLÁSTICA	Jueves	*Con acompañamiento adulto Nacidos entre 2021 y 2024	17:15-18:15	22,00 €	Solo plazas disponibles
		*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2019 y 2022	18:30-19:30	22,00 €	NUEVO

ACTIVIDADES INNOVAPEQUES Nacidos entre 2019 y 2024

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 €	

NUEVOS TALLERES	Días		Horario	Precio/periodo (pago mensual)	
MINICHEFS	Viernes	*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2017 y 2021	17:15-18:15	22,00 €	NUEVO
PSICOMOTRICIDAD Y MOVIMIENTO	Martes	*Sin acompañamiento adulto Nacidos entre 2021 y 2023	16:00-17:00	22,00 €	NUEVO

* 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 2026. 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-torrejón.es

EXTRAESCOLARES PARA INFANTIL (de 3 a 5 años)		EXTRAESCOLARES PRIMARIA (de 7 a 12 años)	
PREMÚSICA	(23 €)	INGLÉS	(28 €)
TEATRO	(19 €)	SPEAKING	(28 €)
CREATIVIDAD	(19 €)	APOYO PRUEBA NIVEL INGLÉS	(28 €)
PINTURA	(25 €)	APOYO A DEBERES	(25€)
ARTE Y EMOCIÓN	(25 €)	PINTURA	(25 €)
INGLÉS	(28 €)	CREATIVIDAD	(19 €)
PREDEPORTE	(23 €)	PROGRAMACIÓN Y ROBÓTICA	(35 €)
BAILE	(23 €)	TEATRO	(19 €)
		AJEDREZ	(27 €)
		DIVINCIENCIA	(27 €)
		JUDO	(25 €)
		PATINAJE	(23 €)
		BAILE	(23 €)
		FÚTBOL	(25 €)
		TENIS	(25 €)

| mayores



CURSOS PARA MAYORES EN CENTROS CULTURALES

NUEVOS CURSOS 1º SEMESTRE 2026

CALENDARIO DE MATRICULACIONES

INSCRIPCIONES:

Del 15 al 19 de diciembre en el centro cultural donde vaya a realizarse la actividad. Del 22 de diciembre al 2 de enero, la matrícula para cualquier centro podrá realizarse únicamente en Casa de Cultura y la Caja del Arte en horario de 9:30 a 13:30 horas.

A partir del 7 de enero, las secretarías de cada centro reanudarán la actividad en su horario habitual.

Las plazas se adjudicarán por orden de llegada.

REQUISITOS:

Impreso debidamente cumplimentado y firmado con datos bancarios, fotocopia del DNI, y carnet de la concejalía de Mayores.

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

INICIO DEL CURSO:

7 de enero de 2026

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.



MAYORES

CURSOS Y TALLERES ENERO - JUNIO 2026

CASA DE LA CULTURA

C/ Londres, 5 . Tel. 91 674 98 70. 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.

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026 (2 periodos de pago)

INFORMÁTICA Y MÓVIL ANDROID nivel iniciación y nivel medio, **MANUALIDADES.**

(Consultar información en Secretaría)

C.C. EL PARQUE

C/ Hilados, s/n . Tel. 91 674 98 51. 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.

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026 (2 periodos de pago)

PATCHWORK

(Consultar información en Secretaría)

C.C. LAS FRONTERAS

C/ Salvador Allende, 7 . Tel. 91 674 97 72. Horario de Secretaría: de lunes a viernes de 9:30 a 13:30 h y de lunes a miércoles de 17:00 a 19:00 h.

CURSOS CON PLAZAS DISPONIBLES

De 7 de enero a 21 de marzo y de 23 de marzo a 13 de junio de 2026 (2 periodos de pago)

BAILES REGIONALES MAYORES. DIBUJO Y PINTURA MAYORES. GIMNASIA grupo II MAYORES. GIMNASIA grupo III MAYORES. GIMNASIA grupo IV MAYORES.

(Consultar información en Secretaría)

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

TALLERES GRATUITOS EN CENTROS DE MAYORES

Dinamizados por voluntarios/as para aprender, compartir y relacionarse

Información e inscripciones del 15 al 19 diciembre en la Concejalía de Mayores

Avda. Virgen de Loreto, 2. De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 h.

91 656 65 14

Correo electrónico para información y consulta:
mayores@dayto-torreon.es

Síguenos en Redes sociales:



Facebook:

www.facebook.com/mayorestorreon



Instagram:

www.instagram.com/concejaliademayores/



- **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, Sevillanas, Tejedoras, Tertulia, Yoga y Zumba. Scrapbooking **NUEVO**.
- **MAYORES EN LÍNEA - TIC.** Talleres de Móviles lunes y miércoles, varios niveles.
- **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. Taller de Pintura de Miniaturas **NUEVO**.
- **CENTRO DE MAYORES AVENIDA DE MADRID.** Taichí, Respiración y Relajación, Sevillanas, Música y Movimiento; Baile en Línea y Talleres de Desarrollo Personal.
- **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 h. Martes y jueves de 9:30 a 10:30, de 10:30 a 11:30 y de 11:30 a 12:30 h.
- **PARQUE DEL ROSARIO - GIMNASIA AL AIRE LIBRE.** Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00 y de 11:00 a 12:00 h. Martes y jueves de 10:00 a 11:00 y de 11:00 a 12:00 h.
- **TALLER DE JUDO – CD JUNCAL VELÓDROMO.** Dos martes al mes de 10:30 a 11:30 h.

OTROS PROGRAMAS Y SERVICIOS DE LA CONCEJALÍA DE MAYORES

- **ACTIVIDADES DE LA RED DE ATENCIÓN A MAYORES EN SOLEDAD DE LA COMUNIDAD DE MADRID**
- **TALLERES DE ENVEJECIMIENTO ACTIVO DE LA DG DE ATENCIÓN AL MAYOR Y DEPENDENCIA**
- **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
- **PROGRAMA DE SENDERISMO MAYORES_TORREJÓN**
- **PROGRAMA DE TURISMO SOCIAL (Vacaciones y Balnearios)**
- **PROGRAMA DE BAILE EN LOS CENTROS DE MAYORES**
- **PROGRAMA DE VOLUNTARIADO** para personas mayores
- **ACTIVIDADES INTERGENERACIONALES.** Acercando generaciones
- **TARJETA DE MAYORES GRATUITA**

TALLERES DE SALUD Y BIENESTAR

TALLER DE INCONTINENCIA SENIOR:

- 20 de enero de 11:00 a 12:30 h
- 17 de febrero de 11:00 a 12:30 h
- 17 de marzo de 11:00 a 12:30 h
- 21 de abril de 11:00 a 12:30 h





Torrejón de Ardoz
AYUNTAMIENTO

cursosytalleres | 1º semestre 2026

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

Más información en www.ayto-torrejón.es