

| CENTRO DE MAYORES JUAN XXIII | | |
|--------------------------------|--------------------------------------|---|
| CUERPO Y MENTE | Lunes | 09:00h – 10:00h 10:00h – 11:00h |
| DESPIERTA TU MENTE | Viernes | 09:15h – 11:15h |
| DUDAS DE MÓVIL | Miércoles | 12:00h – 12:45h 12:45h – 13:30h 13:15h – 14:00h |
| ESTIMULACIÓN COGNITIVA | Lunes y miércoles Martes y jueves | 12:00h – 13:00h |
| GIMNASIA AL AIRE LIBRE | De lunes a viernes (junio) | 10:30h – 11:30h 11:30h – 12:30h |
| | De lunes a jueves (julio) | 12:30 – 13:30h |
| HAGO FOTOS CON EL MÓVIL | Viernes | 09:15h – 11:00h |
| JORNADAS EN LA PISCINA | Martes y jueves | 10:30h – 15:30h |
| MANUALIDADES | Lunes y viernes | 12:00h – 14:00h |
| MARQUETERÍA | Lunes y viernes | 12:00h – 14:00h |
| MEMORIA | Lunes y miércoles | 10:15h – 11:15h |
| | Martes y jueves | 11:30h – 13:00h |
| MUSICOTERAPIA | Martes y jueves | 10:30h – 12:00h |
| PINTURA ÓLEO | Lunes y viernes | 12:00h – 14:00 |
| PSICOMOTRICIDAD | Lunes y miércoles | 09:00h – 10:00h 12:00h – 13:00h |
| PSICOMOTRICIDAD EN EL EXTERIOR | Lunes y miércoles | 09:00h – 10:00h |
| RECUPERACIÓN FUNCIONAL | Lunes y miércoles | 10:30h – 11:30h |
| TALLER DE MANDALAS | Miércoles | 12:00h – 13:30h |
| TALLER USO DEL MÓVIL | Lunes y miércoles | 11:30h – 12:30h |

| CENTRO DE MAYORES PARQUE COÍMBRA | | |
|---|-------------------------|-----------------|
| ACTIVIDAD EN LA PISCINA (Aqua-gym, Cuerpo y mente y Memoria) | Martes | 10:30h – 14:00h |
| BAILE EN LÍNEA | Miércoles | 11:00h – 13:00h |
| CONOCEMOS MÓSTOLES | Lunes, jueves y viernes | 08:00h – 10:30h |
| DANZA ORIENTAL | Lunes | 10:00h – 11:00h |
| INGLÉS | Viernes | 11:30h – 12:30h |
| LABORES | Viernes | 10:00h – 12:00h |
| MARCHA | Martes | 09:00h – 10:30h |
| MEMORIA | Lunes Miércoles | 11:30h – 12:30h |
| | Jueves | 10:30h – 11:15h |
| MEMORIA Y MOVIMIENTO | Jueves | 10:30h – 11:15h |
| RISOTERAPIA | Viernes | 11:00h – 12:00h |
| SEVILLANAS | Lunes | 11:00h – 12:00h |

| CENTRO DE MAYORES TIERNO GALVÁN | | |
|---|-------------------|-----------------|
| ACTIVIDAD EN LA PISCINA (Aqua-gym, Cuerpo y mente y Memoria) | Jueves | 10:30h – 14:00h |
| ESTIMULACIÓN COGNITIVA | Lunes y miércoles | 10:00h – 11:00h |
| RECUPERACIÓN FUNCIONAL | Lunes y miércoles | 09:00h – 10:00h |

| CENTRO DE MAYORES LA PRINCESA / LAS LOMAS | | |
|---|-------------------|---|
| BAILE AERÓBICO | Martes y jueves | 9:00h – 09:45h |
| CUERPO Y MENTE | Viernes | 09:00h – 09:45h 10:00h – 10:45h 11:00h – 11:45h |
| CURSO NUEVAS TECNOLOGÍAS | Martes y jueves | 11:00h – 12:00h |
| ESTIMULACIÓN COGNITIVA | Martes y jueves | 09:00h – 10:30h |
| GIMNASIA | Martes y jueves | 10:30h – 11:15h |
| INGLÉS (básico) | Lunes y miércoles | 09:00h – 10:00h |
| JORNADAS DE PISCINA | Lunes y miércoles | 10:30h – 14:00h |
| MANUALIDADES | Martes y jueves | 11:00h – 13:00h |
| MARCHA | Martes y jueves | 08:30h – 10:30h |
| MARQUETERÍA | Martes y jueves | 09:00h – 11:00h |
| MEMORIA | Martes | 11:30h – 12:30h |
| | Jueves | 11:00h – 12:00h |
| PING – PONG | Martes y jueves | 11:30h – 13:00h |
| PINTURA ÓLEO | Martes y jueves | 09:00h – 11:00h |
| PSICOMOTRICIDAD | Martes y jueves | 09:45h – 10:30h |
| RECUPERACIÓN FUNCIONAL | Lunes y miércoles | 09:00h – 10:00h |
| USO DEL MÓVIL | Lunes y miércoles | 11:00h – 12:00h |
| | Jueves (dudas) | 11:30h – 12:30h |
| VIERNES DE OCIO Y DIVERSIÓN | Viernes | 09:00h – 13:00h |

| CENTRO DE MAYORES EL SOTO | | |
|---|----------------------------|------------------------------------|
| ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE Y AQUA – GYM | De lunes a viernes | 09:00h – 12:00h |
| ACTIVIDADES CREATIVAS (Acuarela, Mandalas, Pintura Óleo y Marquetería) | Lunes y miércoles | 10:30h – 12:30h |
| | Viernes | 11:00h – 13:00h |
| ACTIVIDAD EN LA PISCINA (Aqua-gym, Cuerpo y mente y Memoria) | Martes Jueves | 10:30h – 14:00h |
| | Miércoles | 13:00h – 13:45h |
| CUERPO Y MENTE | Viernes | 12:00h – 12:45h |
| | Lunes, miércoles y viernes | 09:00h – 09:45h 09:45h – 10:30h |
| ESTIMULACIÓN COGNITIVA | Lunes, miércoles y viernes | 09:00h – 09:45h 09:45h – 10:30h |
| ESTIRAMIENTOS | Viernes | 09:00h – 10:00h |
| MEMORIA | Lunes y miércoles | 11:30h – 12:30h |
| PASEOS POR EL PARQUE DEL SOTO | Martes y jueves | 09:00h – 10:30h |
| PSICOMOTRICIDAD | Lunes y miércoles | 09:00h – 09:45h 09:45h – 10:30h |
| RECUPERACIÓN FUNCIONAL | Lunes y miércoles | 10:30h – 11:15h |
| TALLA EN MADERA | Viernes | 09:00h – 11:00h |
| TALLER APLICACIONES | Lunes y miércoles | 09:00h – 10:00h |
| | Miércoles y viernes | 11:00h – 12:00h |
| USO DEL MÓVIL | Lunes y miércoles | 10:00h – 11:00h |

Inscripciones
19 y 20
de mayo