

Universidad Popular



Malagón

Cursos, talleres y actividades



Creación artística

Curso de Dibujo y Pintura

Horas: 96 (3 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 80 €

Grupo A

Miércoles de 16,30 a 19,30 h

Lugar: Centro Cultural Santa Teresa (Sala 5)

Grupo B

Jueves de 16,30 a 19,30 h

Lugar: Centro Cultural Santa Teresa (Sala 5)

Destinado a todos los públicos desde el nivel de principiante hasta los más avanzados, a partir de 7 años de edad.

***Objetivos:** motivar a los participantes en la percepción de los fenómenos artísticos y plásticos, especialmente en el dibujo y pintura artística. Propiciar el desarrollo de la capacidad creadora y crítica. Sensibilizar ante el color y la forma mejorando la percepción y el análisis. Desarrollar la potencialidad creadora y la sensibilidad estética. Manejar las bases del lenguaje gráfico plástico. Adquirir actitudes integradoras para la vida social.*

Elaboración textil creativa

Corte y Confección Textil y Patchwork

Horas: 96 (3 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 10

Nº máximo de alumnos/as: 14

Precio: 80 €

Grupo A

Miércoles de 16,00 a 19,00 h

Lugar: Centro Cultural Santa Teresa (Sala 1)

Grupo B

Viernes de 17,00 a 20,00 h

Lugar: Centro Cultural Santa Teresa (Sala 1)

***Destinado a público adulto**, cualquiera que sea su nivel de conocimiento, desde principiantes sin conocimiento alguno hasta personas con un nivel más avanzado.*

***Objetivos:** El curso de Corte y Confección y Patchwork tiene como objetivo principal proporcionar a los participantes las habilidades y conocimientos necesarios para desarrollar competencias en la creación de prendas de vestir. Algunos de los objetivos específicos incluyen: Identificar las herramientas y maquinaria necesaria, aprender a realizar el corte, confeccionar ensamblajes de las diferentes partes de la prenda, saber elegir el tejido adecuado según el tipo de prenda, aprender a confeccionar prendas desde el inicio, realizar acabados, reparaciones y personalizaciones en prendas acabadas.*

Cursos de bienestar en movimiento

Yoga

Horas: 60 (2 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 50 €

Grupo A

Lunes y miércoles de 17,30 a 18,30 h

Lugar: Centro Cultural San Isidro

Grupo B

Lunes y miércoles de 18,30 a 19,30 h

Lugar: Centro Cultural San Isidro

Destinado a público adulto, cualquiera su nivel, desde principiantes a personas con un nivel más avanzado.

***Objetivos:** La práctica de yoga usa técnicas de autoconocimiento, atención plena, movimiento consciente, respiración, meditación y mantras; procurando el bienestar de todos los aspectos del ser. Consta de práctica de suelo, cuadrupedia y de pie. Es accesible a un amplio rango de personas.*

Pilates Suelo

Horas: 60 (2 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 50 €

Grupo A – Mañanas

Lunes y miércoles de 13,00 a 14,00 h.

Lugar: Centro Cultural San Isidro

Grupo B – Tardes

Martes y jueves de 16,30 a 17,30 h.

Lugar: Centro Cultural San Isidro

Destinado a público adulto, que no haya superado la edad de jubilación forzosa cualquiera que sea su nivel físico, pero que no padezcan patologías que le impidan el normal desarrollo de la actividad.

Objetivos: El método Pilates es una de las disciplinas físicas más practicadas en la actualidad por sus innumerables beneficios para el cuerpo y la mente. Es un sistema de entrenamiento físico y mental ideado por Joseph Hubertus Pilates, quien se basó en diferentes disciplinas como la gimnasia, el yoga y la traumatología; de forma que logró crear un sistema con una identidad propia. El método consiste en realizar una serie de movimientos controlados, los cuales permiten trabajar la musculatura del cuerpo acompañando los ejercicios con la respiración.

Pilates Piscina

Horas: 30 (1 hora semanal)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 25 €

Viernes de 12,45 a 13,30 h.

Lugar: Piscina Climatizada Polideportivo Municipal

Destinado a público adulto, que no haya superado la edad de jubilación forzosa cualquiera que sea su nivel físico, pero que no padezcan patologías que le impidan el normal desarrollo de la actividad.

Objetivos: El método Pilates, en este caso aplicado al agua, es una de las disciplinas físicas más practicadas en la actualidad por sus innumerables beneficios para el cuerpo y la mente. Es un sistema de entrenamiento físico y mental ideado por Joseph Hubertus Pilates, quien se basó en diferentes disciplinas como la gimnasia, el yoga y la traumatología; de forma que logró crear un sistema con una identidad propia. El método consiste en realizar una serie de movimientos controlados, los cuales permiten trabajar la musculatura del cuerpo acompañando los ejercicios con la respiración.

Bailes de Salón

Horas: 48 (1,5 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 10 parejas

Nº máximo de alumnos/as: 20 parejas

Precio: 40 €

Grupo de Iniciación

Viernes de 17,30 a 19,00 h

Grupo de Medio

Viernes de 19,00 a 20,30 h

Grupo de Perfeccionamiento

Viernes de 20,30 a 22,00 h

Lugar Centro Cultural San Isidro

***Destinado a público adulto**, cualquiera que sea su nivel de conocimiento, desde principiantes a personas con un nivel más avanzado. Por ello, disponemos de dos grupos (iniciación y perfeccionamiento).*

***Objetivos:** El curso de Bailes de Salón tiene como objetivo enseñar y dinamizar actividades de bailes de salón y latinos. Comprende la dirección del movimientos y postura, posiciones del cuerpo, el trabajo de los pies, subidas, bajadas y dirección individual y pareja, sujeciones de pareja y acompañamiento, indicación de los cambios, así como las características propias del estilo de baile.*



Lengua y cultura árabe

Curso de Lengua y Cultura Árabe

Horas: 60 (4 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 70 €

Dos grupos a determinar días y horas

Lugar: CEIP Santa Teresa

Destinado público de cualquier edad.

***Objetivos:** El curso permitirá a los participantes conocer y profundizar en el conocimiento de la lengua y cultura árabe.*

Patrimonio, cultura y tradiciones populares

Bailes Regionales

Horas: 48 (1.5 h semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 10

Nº máximo de alumnos/as: 20

Precio: 40 €

Grupo de Iniciación

Dos días a la semana, horario a determinar.

Lugar: Sede Asociación Cultural Larcurius

Destinado a todos los públicos, cualquiera que sea su edad (a partir de 6–7 años) y nivel de conocimiento, desde principiantes a personas con un nivel más avanzado.

***Objetivos:** El curso de bailes regionales, aunque está dirigido a todos los públicos, tiene como objetivo primordial la promoción de esta enseñanza entre niños/as y jóvenes para que no se pierda este importante legado cultural inmaterial, intentando perpetuar la tradición, dinamizando actividades de bailes regionales tradicionales y el folklore asociado a ellos, como parte fundamental de nuestra herencia cultural. Comprende todas las enseñanzas propias y habilidades de los bailes tradicionales manchegos, que serán impartidas por integrantes de la Asociación de Coros y Danzas Larcurius de nuestra localidad, cuya inestimable labor ha mantenido viva desde hace décadas esta actividad.*

Cursos en las aldeas

Santísimo Cristo del Espíritu Santo

Yoga

Horas: 60 (2 hora semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 40 €

Lunes y miércoles de 16,00 a 17,00 h

Lugar: Centro Social Polivalente

Destinado a público adulto, que no haya superado la edad de jubilación forzosa cualquiera que sea su nivel físico, pero que no padezcan patologías que le impidan el normal desarrollo de la actividad.

Objetivos: La práctica de yoga usa técnicas de autoconocimiento, atención plena, movimiento consciente, respiración, meditación y mantras; procurando el bienestar de todos los aspectos del ser. Consta de práctica de suelo, cuadrupedia y de pie. Es accesible a un amplio rango de personas.

Santísimo Cristo del Espíritu Santo

Pilates

Horas: 48 (1 hora semanal)

Nº mínimo de alumnos/as: 12

Nº máximo de alumnos/as: 18

Precio: 20 €

Viernes de 19,00 a 20,00 h.

Lugar: Centro Social Polivalente

Destinado público adulto, que no haya superado la edad de jubilación forzosa cualquiera que sea su nivel físico, pero que no padezcan patologías que le impidan el normal desarrollo de la actividad.

Objetivos: el método Pilates es una de las disciplinas físicas más practicadas en la actualidad por sus innumerables beneficios para el cuerpo y la mente. Es un sistema de entrenamiento físico y mental ideado por Joseph Hubertus Pilates, quien se basó en diferentes disciplinas como la gimnasia, el yoga y la traumatología; de forma que logró crear un sistema con una identidad propia. El método constituye un tipo de entrenamiento que consiste en realizar una serie de movimientos controlados, los cuales permiten trabajar la musculatura del cuerpo acompañando los ejercicios con la respiración

Los Quiles

Dibujo y Pintura

Horas: 60 (2 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 10

Nº máximo de alumnos/as: 14

Precio: 40 €

Jueves de 11,00 a 13,00 h

Lugar: Centro Social Polivalente

***Destinado a todos los públicos** desde el nivel de principiante hasta los más avanzados, a partir de 7 años de edad.*

***Objetivos:** motivar a los participantes en la percepción de los fenómenos artísticos y plásticos, especialmente en pintura artística, con atención personalizada. Propiciar el desarrollo de la capacidad creadora y crítica. Sensibilizar ante el color y la forma mejorando la percepción y el análisis. Desarrollar la potencialidad creadora y la sensibilidad estética. Manejar las bases del lenguaje gráfico plástico. Adquirir actitudes integradoras para la vida social.*

Los Quiles

Corte y Confección Textil y Patchwork

Horas: 60 (2 horas semanales)

Nº mínimo de alumnos/as: 10

Nº máximo de alumnos/as: 14

Precio: 40 €

Martes de 16,00 a 18,00 h

Lugar: Centro Social Polivalente

***Destinado a público adulto**, cualquiera que sea su nivel de conocimiento, desde principiantes a personas con nivel avanzado. Atención individualizada con el alumno/a, intercambiando ideas y soluciones adecuadas a las inquietudes de cada uno.*

Objetivos: El curso de Corte y Confección y Patchwork tiene como objetivo principal proporcionar a los participantes las habilidades y conocimientos necesarios para desarrollar competencias en la creación de prendas de vestir. Algunos de los objetivos específicos incluyen: Identificar las herramientas y maquinaria necesaria, aprender a realizar el corte, confeccionar ensamblajes de las diferentes partes de la prenda, saber elegir el tejido adecuado según el tipo de prenda, aprender a confeccionar prendas desde el inicio, realizar acabados, reparaciones y personalizaciones en prendas acabadas.

Los Quiles

Pilates

Horas: 48 (1 hora semanal)

Nº mínimo de alumnos/as: 10

Nº máximo de alumnos/as: 14

Precio: 20 €

Viernes de 17,30 a 18,30 h.

Lugar: Centro Social Polivalente

***Destinado a público adulto**, que no haya superado la edad de jubilación forzosa cualquiera que sea su nivel físico, pero que no padezcan patologías que le impidan el normal desarrollo de la actividad.*

***Objetivos:** el método Pilates es una de las disciplinas físicas más practicadas en la actualidad por sus innumerables beneficios para el cuerpo y la mente. Es un sistema de entrenamiento físico y mental ideado por Joseph Hubertus Pilates, quien se basó en diferentes disciplinas como la gimnasia, el yoga y la traumatología; de forma que logró crear un sistema con una identidad propia. El método constituye un tipo de entrenamiento que consiste en realizar una serie de movimientos controlados, los cuales permiten trabajar la musculatura del cuerpo acompañando los ejercicios con la respiración.*

Piedralá

Pilates

Horas: 48 (1 hora semanal)

Nº mínimo de alumnos/as: 10

Nº máximo de alumnos/as: 14

Precio: 20 €

Viernes de 16,00 a 17,00 h.

Lugar: Centro Social Polivalente

Destinado a público adulto, que no haya superado la edad de jubilación forzosa cualquiera que sea su nivel físico, pero que no padezcan patologías que le impidan el normal desarrollo de la actividad.

Objetivos: el método Pilates es una de las disciplinas físicas más practicadas en la actualidad por sus innumerables beneficios para el cuerpo y la mente. Es un sistema de entrenamiento físico y mental ideado por Joseph Hubertus Pilates, quien se basó en diferentes disciplinas como la gimnasia, el yoga y la traumatología; de forma que logró crear un sistema con una identidad propia. El método constituye un tipo de entrenamiento que consiste en realizar una serie de movimientos controlados, los cuales permiten trabajar la musculatura del cuerpo acompañando los ejercicios con la respiración.



La programación, horarios y calendario de los cursos son orientativos, pudiendo sufrir modificaciones por necesidades de la programación o por falta de alumnos.

INSCRIPCIONES ONLINE MEDIANTE
www.aymo.es o la App AYO



Plazos de Inscripción:

del 23 de septiembre al 6 de octubre de 2026.

Comienzo de las actividades:

16 de octubre de 2026.

*Para el desarrollo de los cursos o actividades es necesario un
mínimo de alumnos inscritos*