

# TALLERS INTENSIVS JULIOL 2019

## CENTRE CULTURAL LA FARINERA DEL CLOT

### INSCRIPCIONS

#### Període d'inscripcions al Centre Cultural La Farinera del Clot

- Del 17 al 26 de juny de 2019
- Els cursos s'impartiran durant els mes de juliol de 2019.

#### Inscripcions presencials

- A Gran Via de les Corts Catalanes, 837 – 08018, Barcelona.
- De dilluns a divendres de 10 a 22 h.
- Pagament amb targeta bancària. En cas de no disposar de targeta, el pagament es podrà fer a les oficines de l'entitat que s'indicarà.
- Si es paga amb targeta caldrà presentar el DNI del titular. Si el pagament es fa a través de les oficines de l'entitat bancària caldrà presentar el comprovant de l'ingrés en un termini màxim de tres dies naturals després d'haver efectuat la matrícula.
- Pels tallers familiars la inscripció és a nom de l'adult que participarà amb l'infant a l'activitat. El preu de l'activitat inclou la matrícula de l'infant i la de l'adult.

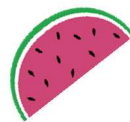
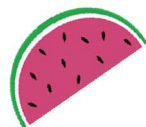
#### Inscripcions on-line

- A [www.farinera.org](http://www.farinera.org) Del 17 al 26 de juny de 2019
- Pagament amb targeta bancària.
- A les inscripcions on-line als tallers familiar s'ha d'inscriure només l'adult responsable de l'infant. En el cas de les activitats familiars el preu inclou infant i adult.

#### Condicions de la matrícula

- Tots els cursos de La Farinera són per a persones majors de 18 anys.
- Un cop matriculat al curs, no es retornaran en cap cas els diners de la matrícula. Només es retornaran els diners si el curs queda anul·lat.
- ❖ El Centre Cultural La Farinera del Clot es reserva el dret d'admissió cap aquelles persones que no respectin la feina dels talleristes i el procés d'aprenentatge de la resta de persones usuàries.
- ❖ Els preus totals de cada curs que s'especifiquen són amb IVA inclòs.

## COS I MENT



### **IOGA**

**A càrrec de Lisa Howe**

Exercita aquesta tècnica mil·lenària beneficiosa per al teu cos i ment.

**GRUP A: dilluns de les 17.30 a les 19 h de l'1 al 22 de juliol**

**GRUP B: dilluns de les 19 a les 20.30 h de l'1 al 22 de juliol**

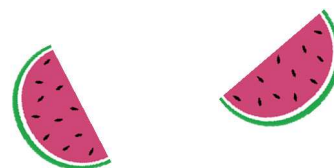
**GRUP C: dimarts de les 10 a les 11.30 h del 2 al 23 de juliol**

**GRUP D: dimecres de les 18:30 a les 20 h del 3 al 24 de juliol**

**GRUP E: dimecres de les 20 a les 21.30 h del del 3 al 24 de juliol**

**Sessions: 4 (6 h)**

**Preu: 28.10 €**



### **PILATES**

**A càrrec de Silvina Garcia**

Entrenament físic i estiraments seguint el mètode Pilates.

**GRUP A: dilluns de les 18.30 a 20 h de l'1 al 22 de juliol**

**GRUP B: dilluns de 20 a 21.30 h de l'1 al 22 de juliol**

**Sessions: 4 (6 h)**

**Preu: 28.10 €**



### **MARXA NÒRDICA (nivell obert)**

**A càrrec de Nordic Walking Terapèutic.**

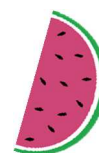
Descobreix aquesta activitat esportiva molt completa, per a totes les edats i situacions físiques, que apropa la salut a les persones i ajuda a socialitzar. Gran part de l'activitat es realitza a l'aire lliure.

Inclou lloguer dels bastons especials de marxa nòrdica.

**Dijous de les 9 a les 10.30 h del 4 al 25 de juliol**

**Sessions: 4 (6 h)**

**Preu: 28.10 €**



## DANSA

### DANCEFIT

**A càrrec de Sandra Rodríguez, instructora oficial de Zumba**

És una combinació de diferents estils de ball: Dance, Baquetes Dance y Zumba, una activitat original i divertida para posar-se en forma enfocada d'una banda per mantenir un cos saludable i per l'altra per desenvolupar, enfortir, tonificar i aportar flexibilitat al cos mitjançant moviments de ball.

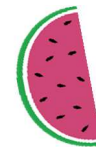
**GRUP A: dimarts de les 18.45 a les 19:45 h. Del 2 al 23 de juliol**

**GRUP B: dimecres de les 18 a les 19 h. Del 3 al 24 de juliol**

**GRUP C: Dijous de les 18.45 a les 19.45 h. Del 4 al 25 de juliol**

**Sessions: 4 (4 h)**

**Preu: 18.73 €**



## ART I CREACIÓ



**RECICLA REUTILITZA I REINVENTA la teva roba (NIVELL OBERT)**

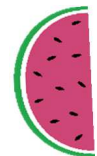
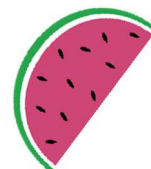
**A càrrec de Montserrat Pérez**

En el moment mediambiental en el que ens trobem, hem de consumir d'una manera responsable reciclant i reutilitzant tot allò que puguem. En aquestes sessions aprendràs a donar-li una nova vida a les **peces de roba que estan en desús**.

**Dimarts de les 11 a les 13 h. Del 2 al 9 de juliol**

**Sessions: 2 (4 h)**

**Preu: 18.73 €**



## **FOTOGRAFIA NOCTURNA**

**A càrrec de Carolina Garcia**

Aprèn a fotografiar la nit. Les seves llums i els seus efectes en aquest monogràfic en què cal tenir nocions de fotografia. El curs combina les sessions entre l'aula i el carrer.

(cal dur la càmera reflex digital).

**Dijous de les 20.30 h a les 22 h. Del 4 al 25 de juliol**

**Sessions: 4 (6 h)**

**Preu: 28.10 €**



## MEDI AMBIENT

### **CONEIXES EL TEU GOS?**

L'objectiu d'aquest taller és assolir els coneixements necessaris per una tinença responsable i una relació sana, equilibrada i beneficiosa entre amo i gos.

Els dimarts es faran les sessions teòriques a La Farinera i els dijous sessions pràctiques al Parc de les Glòries.

**Dimarts de les 19.30 a les 21 h i dijous de les 20 a 21 h. Del 2 al 25 de juliol**

**Sessions: 8 (10 h)**

**Preu: 23.41 €**

