

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO SAN JERÓNIMO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 18:00 a 21:00 horas. (Durante todo el año).	Taekwondo Infantil.	Entrenamientos y participación en competiciones de Taekwondo Infantil. Para más información e inscripción acuda al Centro Ciudadano San Jerónimo en horario de la actividad o llame al teléfono 662 57 29 38 (Rayco)	Asociación Cultural y Deportiva INNAE.	Consejo de Centro.
Martes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas (Durante todo el año).	Taller de Estimulación Cognitiva para personas Mayores.	Taller de Estimulación Cognitiva dirigido a los socios y socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que se entrenará la memoria, a través de diversos ejercicios, con el fin de evitar un deterioro cognitivo precoz. Las personas mayores interesadas en asistir deben ser socios/as de la Asociación, para lo que pueden contactar directamente con la Presidenta al número de teléfono: 686 64 06 92 (Conchi)	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Martes de 09:00 a 12:00 horas (Durante todo el año)	Taller "Teatro de Buen Trato".	Se imparte un Taller dirigido a mujeres asociadas a la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que a través de la expresión corporal se trabajan aspectos emocionales tales como: la seguridad, el miedo a hablar en público, la autoestima, etc. fomentando, además, la sororidad y socialización entre mujeres mayores.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Jueves de 17:45 a 19:15 horas. (De enero a junio de 2025).	Taller de Manualidades para Personas Mayores.	Taller de Manualidades dirigido a personas mayores, socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que se llevarán a cabo trabajos manuales haciendo uso de diferentes técnicas y materiales. Para mayor información e inscripción contacte directamente con Conchi, Presidenta de la Asociación llamando al Tfno.: 686 64 06 92. Plazas limitadas.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Viernes de 16:00 a 17:00 horas. (De enero a junio de 2025).	Gimnasia Coreográfica para Personas Mayores.	Se imparten clases de gimnasia suave a ritmo de la música. Esta actividad está dirigida a personas mayores socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco. Para mayor información e inscripción contacte directamente con Conchi; la Presidenta de la Asociación, llamando al teléfono 686 64 06 92. Plazas limitadas.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Martes de 18:00 a 19:30 horas. (De enero a junio de 2025).	Cocina Saludable para Personas Mayores.	Taller de Cocina Saludable dirigido a personas mayores, socias de la Asociación Mayores de San Jerónimo de Taco, en el que se elaborarán diferentes menús para la preparación de platos originales de gastronomía saludables. Para mayor información e inscripción contacte directamente con Conchi; la Presidenta de la Asociación, llamando al teléfono 686 64 06 92. Plazas limitadas.	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Asociación Mayores San Jerónimo de Taco y Consejo de Centro.
Miércoles de 18:30 a 20:00 (Curso escolar 2024-2025)	Tutorizaciones de la ESO.	Tutorizaciones de Educación Secundaria Obligatoria. Si está interesado o interesada en cursar la ESO a través de Radio ECCA, puede asistir de manera presencial al Centro Ciudadano San Jerónimo, los martes un poco antes de las 18:30 y preguntar por la Tutora; Miriam.	Radio ECCA.	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna y Consejo de Centro.

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes de 17:00 a 20:00 horas (Durante todo el año).	Confección y Tuning de Vestuario.	Taller de costura en el que se confeccionan y tunean prendas de vestir. Para mayor información e inscripción contacte directamente con la tallerista, al teléfono 696 530 275 (Pilar)	Asociación Manos Maestras.	Consejo de Centro.
Lunes y jueves de 20:00 a 21:00 horas. (Durante todo el año).	Tai-chi.	Se imparten clases de Tai-chi para personas mayores de edad dos días en semana. Para mayor información e inscripción contacte directamente con el monitor al teléfono 620 47 47 80 (Mario)	Asociación de Vecinos San Jerónimo de Taco.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 09:30 a 10:30 (Durante todo el año).	Entrenamiento Funcional.	Clase deportiva impartida dos días en semana, con una hora de duración en cada sesión. Se trabaja tanto cardio, como tonificación y flexibilidad. Está dirigida a personas mayores de edad. Para mayor información e inscripción contacte directamente con la monitora deportiva al teléfono 661 24 64 00 (Macarena)	Asociación Angora.	Consejo de Centro.
Jueves de 16:00 a 20:00 horas (Durante todo el año).	Clases de Guitarra.	Se imparten clases para aprender a tocar la guitarra o el timple. Para mayor información e inscripción contacte con el profesor al teléfono 615 691 379 (Jesús)	Asociación Cultural Grupo de Estudios e Investigación Achbinico.	Consejo de Centro.
Días sueltos previa solicitud (Durante todo el año).	Proyecto de la A a la Z.	Se prestará atención individualizada a aquellas personas que necesitan acompañamiento para llevar a cabo gestiones con Administraciones Públicas y/o Privadas, además de asesoramiento, derivación y seguimiento por parte de Trabajadoras Sociales. La atención se llevará a cabo con Cita Previa contactando al e-mail: contigo2022.info@gmail.com .	Asociación Social ConTigO	Consejo de Centro y Área de Bienestar Social del Exmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.
Jueves de 17:00 a 18:00 horas (Hasta julio de 2025)	Metafísica ¿Qué es la Metafísica? Ley de Mentalismo Las 7 Leyes Universales La Llama Violeta y su uso.	Se trata de una actividad totalmente gratuita y abierta a todas las personas, mayores de edad, que quieran asistir. Se imparte una hora en semana, empezando con una corta meditación y abordando todos y cada uno de los temas de la programación con el fin de dar a conocer y/o llevar a cabo una ampliación de conceptos que se desarrollan en metafísica. Para mayor información o inscripción envíe un WhatsApp al número 639 22 72 18 (Sandra)	Aaociación Canaria de Metafísica.	Consejo de Centro.
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:30 horas. (Durante todo el año).	Pilates.	Se imparten clases de Pilates dos días en semana. Cada sesión tiene una duración de una hora. Para mayor información e inscripción llame al tfn.: 670 78 85 45 (Sabina)	Asociación Canaria Sabice.	Consejo de Centro.
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas (Durante todo el año).	Clases de Baile Urbano y K-Pop para el Público Infantil Proyecto K-House Dance Academy.	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile Juvenil denominado "K-House Dance Academy" destinado a la formación de Baile Urbano y K-Pop al público infanto-juvenil, con edades comprendidas entre los 6 y los 18 años. K-House Academy tiene como fin fomentar el ocio saludable a través del arte de la danza. Impartirán clases de baile juvenil dos días en semana. Para mayor información e inscripción dirijase directamente por mensaje al Instagram @oficialkhouse o al tlf. 620 350 652.	Asociación Juvenil K-House.	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y jueves de 19:30 a 20:30 horas (Durante todo el año).	Clases de Baile Urbano y K-Pop para Personas Adultas. Proyecto K-House Dance Academy.	La Asociación Juvenil K-House desarrollará su Proyecto de Baile denominado "K-House Dance Academy", esta vez enfocado al público adulto, atendiendo a la demanda de las madres del alumnado infantil. Imparte clases de Baile Urbano y K-Pop a personas adultas, mayores de 18 años. Para mayor información e inscripción dirijase directamente por mensaje al Instagram @oficialkhouse o al tlf. 620 350 652.	Asociación Juvenil K-House.	Consejo de Centro
De lunes a viernes de 16:00 a 18:30 horas. (De enero a junio de 2025)	Clases de Refuerzo Escolar de Matemáticas desde 5º de Primaria hasta 2º de la ESO, para menores de países Iberoamericanos.	La Asociación Flor de Mayo, a través de su Proyecto TEingegra imparte clases de refuerzo escolar de matemáticas, totalmente gratuitas, a menores procedentes de países iberoamericanos que estén cursando los cursos desde 5º de Primaria hasta 2º de la Eso. Para mayor información e inscripción puede contactar directamente con la Asociación a través del correo electrónico integratf@gmail.com o llamando al teléfono 641 847 912.	Asociación Flor de Mayo	Área de Acción Social, Inclusión, Voluntariado y Participación Ciudadana del Cabildo Insular de Tenerife y el Consejo de Centro.

CENTRO CIUDADANO PÉREZ SOTO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Todos los días desde el lunes 17 de febrero al viernes 21 de febrero, de 9:00 a 14:00 horas	Proyecto Aregoma 4	Proyecto Aregoma 4, promovido por Asoc. Rayuela y financiado por el Cabildo de Tenerife, va dirigido a mujeres migrantes con o sin NIE, y pretende hacer frente a las dificultades de presentan en relación a su insercción sociolaboral a la vez que da respuesta a la falta de apoyo social, creando espacios donde poder compartir con otras mujeres en similar situación sus procesos migratorios. Para ello se crea un programa de varias acciones que comprenden talleres y formaciones; los requisitos son ser mujer migrante con o sin NIE, y estar empadronada en zona metropolitana. Para más información: aregoma4rayuela@gmail.com o al teléfono 659511108 Talleres de empleo, divididos en 2 módulos: "Taller de mejora de la empleabilidad con enfoque de género" (15 horas), que incluye: 1 - Competencias para el empleo, 2 - Género y empleo, 3 - Economía sumergida. "Taller de integración socio laboral" (10 horas), incluye: 1 - Autoconocimiento integral y autocuidado personal, 2 - Duelo migratorio, 3 - Derechos de las mujeres migrantes: permisos de residencia y trabajo y acceso a derechos sociales, 4 - Prevención de la violencia de género y pautas para su detección, 5 - Homologación y equivalencia de títulos, 6 - Nuevas oportunidades de la formación dual, 7 - Apoyo a la preparación del examen CCCSE para la nacionalidad española.	Asociación Rayuela	Cabildo de Tenerife

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Todos los días desde el lunes 24 de febrero al jueves 27 de febrero, de 9:00 a 14:00 horas	Proyecto Aregoma 4	<p>Proyecto Aregoma 4, promovido por Asoc. Rayuela y financiado por el Cabildo de Tenerife, va dirigido a mujeres migrantes con o sin NIE, y pretende hacer frente a las dificultades de presentan en relación a su insercción sociolaboral a la vez que da respuesta a la falta de apoyo social, creando espacios donde poder compartir con otras mujeres en similar situación sus procesos migratorios. Para ello se crea un programa de varias acciones que comprenden talleres y formaciones; los requisitos son ser mujer migrante con o sin NIE, y estar empadronada en zona metropolitana. Para más información: aregoma4rayuela@gmail.com o al teléfono 659511108</p> <p>Taller de empleo " Taller de Alfabetización Digital" (20 horas), incluye: 1 - Alfabetización digital básica. 2 - Competencias digitales para la comunicación efectiva. 3 - Competencias digitales para trámites administrativos básicos. 4 - Competencias digitales para la formación y el empleo.</p>	Asociación Rayuela	Cabildo de Tenerife
Viernes 28 de febero de 9:00 a 14:00 horas	Proyecto Aregoma 4	<p>Proyecto Aregoma 4, promovido por Asoc. Rayuela y financiado por el Cabildo de Tenerife, va dirigido a mujeres migrantes con o sin NIE, y pretende hacer frente a las dificultades de presentan en relación a su insercción sociolaboral a la vez que da respuestas a la falta de apoyo social, creando espacios donde poder compartir con otras mujeres en similar situación sus procesos migratorios. Para ello se crea un programa de varias acciones que comprenden talleres y formaciones; los requisitos son ser mujer migrante con o sin NIE, y estar empadronada en zona metropolitana. Para más información: aregoma4rayuela@gmail.com o al teléfono 659511108</p> <p>Taller de empleo "Curso Manipulador de Alimentos y Control de Alérgenos" (5 horas).</p>	Asociación Rayuela	Cabildo de Tenerife
Todos los días desde el lunes 24 al viernes 28, de 9:00 a 14:00 horas	Proyecto Inire 5	<p>Proyecto Inire 5, promovido por Asoc. Actúa y financiado por el Cabildo de Tenerife, desarrolla una serie de actividades para la mejora de la empleabilidad de mujeres usuarias (mujeres migrantes con o sin NIE), basadas en formación capacitante e implementación de píldoras formativas y talleres que complementan dicha formación, con el objetivo de favorecer la integración social y laboral de mujeres migrantes para facilitar la insercción en el mercado laboral. Para más información haridianactua@gmail.com</p> <p>Talleres de formación en competencias para el empleo: 1 - Mercado laboral y derechos de los trabajadores. 2 - Búsqueda de empleo. 3 - Habilidades sociales y personales para el empleo. 4 - Procesos de selección. 5 - Soft Skills habilidades y competencias personales para el empleo.</p>	Asociación Actúa	Cabildo de Tenerife

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves 13 de febrero a las 20:00 horas	Presentación de la canción con la que concursarán en el Carnaval 2025.	Presentación de la canción: "La disparatada historia de un Quijote", que participará en el concurso La canción de la Risa, del Carnaval 2025.	Los Quijotes de la Guancha	Consejo de Centro
Todos los lunes de 18:30 a 20:00 horas	Metafísica	Clases de metafísica. Para más información contactar con Carmen Díaz en el siguiente número de teléfono 640281041	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los martes de 18:30 a 19:30 horas	Yoga	Descubre el equilibrio entre mente y cuerpo mientras te sumerges en posturas suaves que harán que te sientas fuerte y flexible a la vez. ¡Aprende a calmar tu mente, respirar consciente y a mover tu cuerpo! ¡Te esperamos en la esterilla! Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 644839346	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 09:15 a 10:30 horas	Yoga Adaptada	Hatha Yoga es una oportunidad de conocerte a ti mismo en plenitud, trabajando a través de tu cuerpo. Mediante la realización de las ásanas o posturas, la respiración y la meditación. El yoga es una de las prácticas para el bienestar y la salud más antiguas del mundo, aporta beneficios como relajación o flexibilidad y ayuda a prevenir problemas de espalda y a tomar consciencia de la respiración. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 699 871 907	Asociación de Profesores de Yoga de Canarias "Samanvaya"	Consejo de Centro
Todos los lunes 19:30 a 21:00 horas	Escuela de Baile Folklórico	Taller de baile folklórico con nivel de iniciación y perfeccionamiento. Para más información e inscripciones contactar a través de Whatsapp al 655331514- Andrés Mendoza.	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los miércoles 18:00 a 19:30 horas	Escuela de instrumentos de cuerda	Taller para aprender a tocar la guitarra, badurria, timple, bajo y laúd. Para más información e inscripciones contactar con la monitora, Natalia en el siguiente número de teléfono 608723909	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los miércoles de 20:00 a 22:00 horas	Ensayos de baile y parranda	Ensayo del cuerpo de baile y la parranda de la Agrupación Folklórica Tacoremi . Para más información: 655331514 (Clases de baile) o 608723909 (Clases de cuerda)	Asociación Folklórica Tacoremi	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Tai- Chi	El Tai-Chi es un arte marcial que ayuda a trabajar el estrés y la disciplina. Para más información e inscripciones acudir 10 minutos antes del inicio de la actividad	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los miércoles de 17:30 a 18:30 horas y los viernes de 16:30 a 17:30 horas	Capoeira infantil	Clases para niñas y niños de capoeira infantil donde se aprenderá esta disciplina que combina la danza, acrobacias, artes marciales y música. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 646547832	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro
Todos los lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	Capoeira adulto	En las clases de capoeira para adultos, se aprenderá esta disciplina que es una combinación de artes marciales, acrobacias y danza. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 646547832	Asociación Força Luanda Tenerife	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Todos los martes y viernes de 19:30 a 20:30 horas	Zumba	Zumba es una disciplina deportiva que mezcla el ejercicio y el baile en un entorno divertido y ameno. Para más información e inscripciones contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 677785700 (Yvonn)	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los martes y jueves de 10:30 a 11:30 horas y de 17:00 a 18:30 horas	Pilates suelo	El pilates de suelo es una disciplina que permite la tonificación y la activación corporal. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 616178877 (Tere)	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro
Todos los jueves de 17:00 a 18:30 horas	Atención presencial para los/as socios/as	Horario de atención presencial para los/as socios/as de la asociación	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los lunes, martes, jueves y viernes de 16:00 a 18:00 horas	Funcional Body	Clases de entrenamiento funcional dirigidos por un monitor deportivo. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 670378209	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los viernes de 17:00 a 18:00 horas	Taller de Estimulación Cognitiva	La terapia de estimulación cognitiva consiste en desarrollar estrategias para mejorar la calidad de vida y el bienestar físico y social. Esta actividad permite mejorar capacidades y funciones cognitivas como la percepción, la atención, el razonamiento, la memoria, el lenguaje etc. Para más información e inscripciones contactar en el siguiente número de teléfono 698956041 (Davinia)	Asociación de Mayores Pérez Soto	Consejo de Centro
Todos los viernes de 17:45 a 19:15 horas	Estimulación-Gimnasia	Clases de gimnasia para personas mayores de 60 años. Para información: 644147811- 922855840 (Ext. 1300) o en el Centro Ciudadano Pérez Soto: 922617527	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Pérez Soto
Todos los martes de 17:00 a 18:00 horas	Fotografía	Clases de fotografía para personas mayores de 60 años. Para información: 644147811- 922855840 (Ext. 1300) o en el Centro Ciudadano Pérez Soto: 922617527	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Pérez Soto
Todos los jueves de 18:00 a 19:00 horas	Yoga	Clases de yoga para personas mayores de 60 años. Para información: 644147811- 922855840 (Ext. 1300) o en el Centro Ciudadano Pérez Soto: 922617527	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Pérez Soto
Todos los jueves de 18:30 a 20:30 horas	Taller de Teatro Musical "Haz Magia en el Escenario"	Taller gratuito de teatro impartidos por profesionales de la danza, la música y la interpretación. Para más información e inscripciones enviar un correo electrónico a teatromusicalcclalaguna@gmail.com indicando nombre, apellido y centro ciudadano al que quiere asistir. Actividad destinada a mayores de 10 años sin experiencia previa	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de La Laguna	Consejo de Centro
Todos los lunes de 17:00 a 19:00 horas	Taller de Patchwork	Taller de costura que consiste en coser diferentes piezas de tela o retales para obtener un diseño más grande. Para más información e inscripciones deben llamar al 626072238 (Lucy)	A.V.V. Avelca	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO SAN MATÍAS II

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 6, 13 y 20 de febrero a las 18:30 horas	Taller de Escritura Creativa	En este taller se exploran distintas estrategias para dar rienda suelta a la imaginación y la creatividad a través de la palabra escrita. Taller dirigido a todo tipo de públicos (a partir de 15 años). Para más información e inscripción puede enviar un correo a biblioteca.s.matias@gmail.com o acudir a la biblioteca del centro.	Biblioteca del centro	Consejo de Centro
Jueves 13 de febrero a las 17:30 horas	Taller de Creatividad Infantil	Se trata de una actividad dirigida a niños/as de entre 6 y 12 años en donde podrán explorar la creatividad de múltiples maneras: con dibujos, palabras, imágenes. Para más información e inscripción puede enviar un correo a biblioteca.s.matias@gmail.com o acudir a la biblioteca del centro.	Biblioteca del centro	Consejo de Centro
Miércoles 19 de febrero a las 18:15 horas	San Matías es cultura: encuentro literario	Continúa el ciclo San Matías es cultura en la Biblioteca del Centro ciudadano San Matías II con la presencia de autores canarios que vienen a acercarnos sus obras y a charlar con los vecinos/as del barrio.	Biblioteca del centro	Consejo de Centro
Jueves 20 de febrero a las 17:15 horas	Club de Lectura	Reunión mensual del Club de Lectura de la Biblioteca del centro. Esta actividad fomenta el hábito de lectura, el intercambio de opiniones y la reflexión. Interesados acudir en el horario de la actividad.	Biblioteca del centro	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas	Taller de Pintura	Taller de pintura. Inscripción en el tlf. 697 348 989.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Martes de 10:00 a 12:00 horas	Taller de Cestería	Taller sobre cestería canaria dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 659 155 336.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 20:00	Taller de Fofuchas y manualidades	Taller de creación de Fofuchas dirigido a cualquier persona. Inscripción en el tlf. 611 256 862.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Martes de 9:30 a 11:30 y jueves de 18:30 a 20:30 horas	Taller Confección Vestimenta Tradicional	Taller de creación y perfeccionamiento de vestimentas típicas canarias. Inscripción en el tlf. 666 270 472.	Asociación de Mujeres Libergara	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:30 a 19:15 horas	Pilates (Tarde)	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el whatsapp 690 054 286.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 20:30 a 21:30 horas	Pilates (Noches)	Taller de Pilates. Actividad deportiva y terapéutica. Inscripción en el tlf. 659 531 793.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Miércoles de 19:30 a 20:30 horas	Bachata para chicas	Taller de Bachata estilo chica. Inscripción en el tlf. 636 278 477.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas	Wing Tsun	Taller de Wing Tsum, arte marcial de origen chino. Actividad deportiva. Inscripción en el tlf. 609 711 848.	Asoc. G & R Wing Tsun	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 18:30 a 20:00 horas	Bujinkan Ninjutsu	Taller del arte marcial Bujinkan Ninjutsu. Inscripción en el tlf. 647 428 634.	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 19:00 horas	La Escuelita	Actividades de aprendizaje y estimulación cognitiva para mayores. Más información en el tlf. 922 62 42 76.	Servicio de Biblioteca	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes de 19:00 a 20:00 y miércoles y jueves 18:30 a 20:00 horas	Defensa Personal Krav Maga	Taller de Defensa Personal Krav Maga. Combate mano a mano que enseña a defender y a contratacar al mismo tiempo. Actividad deportiva. Inscripción en: 619.32.32.80	Asociación de Vecinos La Montaña	Consejo de Centro
Lunes y miercoles de 17:30 a 18:30 horas	Entreno Dual	Entreno Dual (Funcional y Zumba Fit) Funcional: Ejercicios de fuerza con material deportivo variado y Zumba Fit: Cardio de alto rendimiento (con y sin pesas). Inscripción e información en el tfno 622,821,568	Asoc. Cultural y Musical Angora	No
Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas	Entrenamiento Funcional	Ejercicios de fuerza, cardio y estiramientos con material deportivo variado. Inscripciones los Martes y viernes de 10:30 a 11:30 horas en el mismo centro.	Asoc. Cultural y Musical Angora	No
Lunes de 17:00 a 19:00 horas	Taller de Canto	Taller de canto impartidas por la cantante Virginia Guantanamera. Inscripción en el mismo centro los lunes de 17:00 a 19:00 horas.	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	No
Lunes 18.30 a 20:30	Taller de Teatro Musical "Haz Magia en el Escenario"	Taller gratuito de teatro impartido por la Compañía Habemus Teatro el cual contará con profesionales de la danza, la música y la interpretación. Para más información e inscripciones enviar un correo electrónico a teatromusicalcclalaguna@gmail.com indicando nombre, apellidos, edad, teléfono y centro ciudadano al que quiere asistir. Actividad destinada a mayores de 10 años sin experiencia previa	Concejalía de Participación Ciudadana del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 18:30 a 19:30 horas	Cardio dance	Actividad deportiva que combina el baile con el cardio. Inscripción e información en el teléfono 622,285,443	A.V.V. La Montaña	No
Lunes y jueves de 17:00 a 18:30 horas	Ensayo de Floklore Canario	Ensayos de folklore. Para formar parte del grupo llamar al 685770129	Grupo de mujeres del barrio	No

CENTRO CIUDADANO SAN DIEGO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 6 de febrero a las 18.00 horas	Espectaculo familiar - Los Aromas	Habemuss Teatro	Concejalía de Participación Ciudadana del Ayto. de La Laguna	Consejo Centro
Viernes, 7 de febrero de 17:00 a 19:00 horas	Audición	El coro realizará una audición para personas interesadas en pertenecer al coro. Interesados llamar al centro 922 266 669 o Samuel 663 840 970	Coro Star D Choir	Consejo Centro
Del 7 al 25 de Febrero en horario del centro	Exposición	Se expondrán trabajos de diseño floral de Soledad Afonso Piñero y arte intuitivo de Ruth Romero Afonso.	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles 19 de febrero a las 18:00 horas	Charla: Sexualidad y trato placentero en las mujeres adultas.	Se impartirá una charla a cargo de Francisco Mesa Rodriguez, sexólogo profesor del master internacional en sexualidad y relaciones humanas en terapia de reencuentro, director del proyecto teatro de buenttrato. Entrada libre hasta completar aforo.	Asoc. Mayores la Vega Lagunera	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes, 21 de febrero de 17:00 a 19:00 horas	Máster Class	Interesados llamar al centro 922 266 669 o Samuel 663 840 970	Coro Star D Choir	Consejo Centro
Lunes de 17.00 a 18.30 horas	Clases de Baile canario	Se daran clases para el aprendizaje de los pasos de nuestro folklore canario, a cargo de Andrés A.B. de la Asociación Cultural Tajinaste. Actividad dirigida a principiantes. Para más información, acudir en el horario de la actividad.	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes de 17.00 a 18.00 horas	Clases de Timple I	Se imparten clases de iniciación al timple para el aprendizaje de este instrumento tradicional. Previa inscripción en el centro 922 26 66 69	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de centro
Lunes de 18.00 a 19.30 horas	Clases de Timple II	Se imparten las clases de timple para el aprendizaje de este instrumento tradicioanl canario. Previa inscripción en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18.30 a 19.30 horas	Clases de Yoga Mayores	Se imparten clases de Yoga para mayores. Previa inscripción a través de la asociación y para más información en el centro 922 266 669	A.VV. El Monte de San Diego	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 19.30 a 20.30 horas	Clases de Yoga	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscrición previa llamando al centro 922 266669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 17.30 a 19.00 horas	Clases de Latinos	Se imparten clases de bailes latinos, bachata, cumbia, etc. Previa inscripción el día de la actividad con el profesor.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 20.00 a 20.45 horas	Clases de Pilates	Se imparten clases de Pilates suelo, para adultos, previa inscripción a través de la asociación o profesora. Información en el centro. 922 266 669	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 9.00 a 10.00 horas	Clases de Chikung	Se imparten clases de Chikung, donde el alumno realiza movimientos suaves del cuerpo con relajación y respiración. Es un sistema de desarrollo personal. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes o Jueves de 17.00 a 19.00 horas	Clases de Barro	Se dan clases de barro canario, donde elaboran piezas de la alfarería canaria. Previa inscripción a través de la asociación o en el centro 922 266 669.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 10.30 a 12.00 horas	Clases de Informática (iniciación)	Clases de iniciación a la informática para personas que quieran aprender como manejarse con las nuevas tenologías, correos, whatsapp, páginas web, Apps, etc. Previa inscripción en el centro o através del profesor Jonathan 647 888 620.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Martes de 19.00 a 20.00 horas	Clases de Sevillanas	Se dan clases de sevillanas a cargo de la profesora Isabel Fernández. Previa inscripción el día de la actividad.	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Jueves de 17.30 a 19.00 horas	Clases de Informática	Se dan las clases de informática varios niveles y necesidades . Previa inscripción a través del teléfono del centro: 922 266669 o con el profesor Jonathan 647 888 620	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Jueves de 17.45 a 19.00 horas	Clases de Canto	Clases de canto, técnicas vocales, entonación de la voz a cargo de la profesora Virginia Guantanamera. Previa inscripción 636 743 712	Concejalía de Participación Ciudadana	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves de 19.00 a 20.00 horas	Clases de Yug Do	Se imparten clases de Yug do, con estas clases de busca esencialmente la salud y el desarrollo de la Conciencia. Previa inscripción a través del maestro Eusebio Pareja 607404858 o viniendo el día de la actividad.	Club Amigos del Dragón	Consejo de Centro
Jueves de 19.00 a 20.30h	Curso Escritura Creativa "Contarlo todo"	Curso de escritura creativa que se impartirá de octubre a junio donde se daran herramientas a los asistentes para poder escribir sus propios relatos Previa inscripción con el profesor Mariano Re 626 012 063	A.VV. el Monte de San Diego	Consejo de Centro
Miércoles de 16.30 a 19.00 horas	Teatro del Buen Trato	Actividad dirigida a las mujeres, con teatro, relatos y sobre todo de buenos tratos. Previa inscripción en el centro.	Concejalía de Bienestar Social a través del Área de la Mujer del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Martes de 16.30 a 17.30 horas	Clases de Zumba	Actividad física adaptada para mayores de 55 años, coreografías de bailes y ejercicios físicos. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal La Laguna	Consejo de Centro
Jueves de 16.30 a 17.30 horas	Clases de Estimulación Musical	Actividad dirigida a mayores de 65 años donde trabajarán la parte cognitiva a través de la música, Previa inscripción en el centro 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles de 16.30 a 18:30horas	Raíces Digitales	Se imparten clases de digitalización para los mayores de 55 años, manejo del ordenador, tablet, móvil, adquirir conocimientos en el campo de las nuevas tecnologías. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal La Laguna	Consejo de Centro
Viernes de 11.00 a 12.30 horas	Memoria	Se imparten clases para mayores de 55 años reforzando con las manulidades las capacidades cognitivas y la memoria. Previa inscripción en el centro. 922 266 669	Concejalía de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Los primeros miércoles de cada mes de 16.30 a 18.30 horas	Grupo de apoyo gratuito a la lactancia materna	Raquel Melián Armas (matrona y asesora de lactancia) y Jennifer Rodríguez (enfermera y asesora de lactancia), daran apoyo gratuito de lactancia materna a través de la Comisión de Lactancia Materna de la Gerencia de Atención Primaria de Tenerife y el Servicio Canario de Salud. Más información e inscripciones en los teléfonos Raquel 687 614 185 y Jennifer 645 394 941.	Comisión de Lactancia Materna de la GAPTF	Consejo de Centro
Los primeros lunes de mes de 16.30 a 18.00 horas	Lectura de un libro	El grupo de lectura se reúne una vez al mes para compartir ideas y reflexiones de la lectura del libro que previamente han elegido entre todos, cultivando un ambiente de respeto, tolerancia y participación. Interesados/as llamar al centro 922 266 669	Grupo de Lectura	Consejo de Centro
Martes y Viernes de 21.00 a 22.30 horas	Ensayo	Ensayo vocal, cualquier persona interesada en formar parte del coro, puede contactar acudiendo directamente al centro en el horario del ensayo.	Coro Star d Choir	Consejo de Centro
Lunes de 17.30 a 21.00 horas	Curso de Silbo Gomero	Se imparte un curso a través de la Asoc. Silbo Gomero con el profesor Juan Pedro en dos grupos, previa inscripción, gratuito. Dos Grupos iniciación y avanzado	Asociación Silbo Gomero	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO GRACIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del 7 de febrero al 19 de marzo en horario del centro	Exposición disfraces de Carnaval	Exposición de disfraces de Carnaval	Consejo de Centro	Consejo de Centro
Viernes 21 de febrero a las 18:30 horas	Celebración XIII Aniversario Asociación de Mayores Universo de Gracia	Actuación grupo musical (pendiente confirmar) y brindis	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 horas	Taller de Narrativa Oral	Taller de Narrativa Oral para desarrollar creatividad, poner en valor sus vidas, conocimientos y tradiciones. Aportando recursos para que cuenten historias de forma creativa y artística. Información e inscripción: 616526764	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Ultimo viernes de cada mes de 19:15 a 21:15 horas	Taller de Figuras de lana	Taller de Figuras de Lana Cardada. Inscripción teléfono 627863599	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 17:00 horas	Radio ECCA	A través de Bienestar Social formación Básica para mayores. Más información 644147811 ó 922825840 ext.1300	Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Universo de Gracia
Viernes de 16:00 a 17:30 horas	Pintura	A través de Bienestar Social se ofrece actividad de Pintura para mayores. Más información 644147811 ó 922825840 ext.1300	Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Universo de Gracia
Jueves de 11:30 a 13:30 horas	Taller de Canto Canario	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Teléfono: 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas.	Taller de Instrumentación de Folclore Canario	Taller de Instrumentación de Folclore Canario. Inscripción previa. Contacto:Arodi. Teléfono: 636131722	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:30 horas	Taller de Canto Canario	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Telf. 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Miércoles de 16:45 a 19:30 horas	Taller de Instrumentación de Folclore Canario	Taller de Canto Canario. Inscripción Previa. Contacto: Arodi. Teléfono: 636131722	Asociación Cultural Andares Isleños	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:45 a 18:00 horas	Yoga	Clases de entrenamiento físico y mental, relajación, control de la respiración. Inscripción previa. Contacto Patricia 616351837	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Lunes y martes de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Rosetas	Taller de Rosetas, también conocida encaje de Tenerife. Inscripción previa. Contacto: Carmen. Teléfono: 627085523	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles de 19:30 a 21:30 horas	Ensayos	Ensayo instrumental y vocal, cualquier persona interesada en formar parte del grupo, puede contactar, acudiendo directamente al centro en el horario de la actividad.	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec (Grupo Adulto)	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	Taller de Baile Tradicional Canario (Iniciación)	Taller de Baile Tradicional Canario. Inscripción previa. Contacto: Carlos. Teléfono: 629415800	Agrupación Escuela de Folclore Achimagec	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas. Periodo de septiembre 2024 hasta julio 2025	Taller de Estimulación Cognitiva para Mayores.	Estimulación educativa para optimizar las distintas capacidades y funciones cognitivas. Inscripción 698956041	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Clases de Wing Tsun	Con el Wing Tsun, aprenderás a reconocer situaciones peligrosas y a evitarlas. Se trata de un tipo de defensa personal integral en el que la fuerza física desempeña un papel secundario y se equilibra con una tecnología sofisticada. Inscripción previa. Contacto: Antonio Teléfono: 609.711.848	Asociación Deportiva G&R Wing Tsun	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 21:00 y sábados de 10:00 a 13:00 horas	Juegos de Tablero y Rol	Juego interpretativo-narrativo, donde cada jugador representa el papel de un persona. Inscripción previa. eduardo.cabrera247@gmail.com / elsamaria.mendoza@gmail.com	Asociación de Vecinos Santa María de Gracia	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:30 horas	Metafísica Básica	La Metafísica es una rama de la filosofía que estudia el pensamiento filosófico. Inscripción previa. Contacto: Vanesa. Teléfono: 627863599	Grupo Metafísica	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 21:00 horas. Periodo de septiembre 2024 - junio 2025.	Curso de educación emocional para jóvenes de 18 a 21 años.	Proyecto social basado en una propuesta pedagógica centrada en la educación emocional de valores, liderazgo y financiera.	La Akademia Tenerife	Consejo de Centro
Jueves de 10:00 a 11:30 horas	Clases de Informática	Se trata de taller donde se trabajará con el ordenador, teléfono móvil y otros recursos electrónicos. Inscripción previa. Inscripción previa. Teléfono 647 888 620	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Viernes 18:30 a 20:00 horas	Talleres de Percusión Canaria	Tambor, Lapas, Chácaras, Caña y Huesera, Pandereta, Castañetas, Caña rajada, etc. Inscripción previa teléfono 693.743.131	A.F. Alborada Canaria	Consejo de Centro
Jueves de 09:00 a 13:00 horas y viernes de 19:30 a 21:30 horas.	Clases de Piano	Clases de Piano de iniciación. Inscripción previa teléfono 623 114 433	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:00 horas.	Clases de telar Kumihimo	Kumihimo es una forma de trenza japonesa. Mediante esta técnica se realizan pulseras. Inscripción llamar al centro 922.26.03.81	Asociación de Mayores Universo de Gracia	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 16:00 a 17:30 horas.	Yoga	Se imparten clases de Yoga a través del Organismo Autónomo de Deportes, para más información: https://deportelagunero.com	Organismo Autónomo de Deportes	No
Lunes de 16:00 a 17:30 horas	Teatro	A través de Bienestar Social se ofrece actividad de Teatro para mayores. Más información 644147811 ó 922825840 ext.1300	Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Universo de Gracia
Martes de 16:00 a 17:30 horas	Memoria	A través de Bienestar Social se ofrece actividad de Memoria para mayores. Más información 644147811 ó 922825840 ext.1300	Concejalía de Bienestar Social del Ayuntamiento de La Laguna	Asociación de Mayores Universo de Gracia

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes 10 de febrero, de 18:00 a 22:00 h	Cábala Aplicada a Taichí y Chikung	Es una terapia integrativa de Cábala aplicada a Taichi y Chikung que aporta un abanico amplio de posibilidades aplicando estas sabidurías para trabajar desde una compresión más amplia del mapa del Alma que ya ofrece la Cábala y hacer un trabajo más profundo por un lado, equilibrando y previniendo la enfermedad de este vehículo con el que nos manifestamos en este plano y por otro lado acelerar y trascender nuestros procesos y tareas que hemos venido a realizar en esta encarnación, sacando todos los potenciales de nuestras capacidades y dones.	Francisco Javier Peña Agüín	Consejo de Centro
Sábado 22 de febrero, de 10:00 a 22:00 h	Panchanga Scalextric	Competición de Scalextric para los miembros del Club Deportivo y simpatizantes	Club Deportivo Slotlagun Scalextric	Consejo de Centro
Martes y jueves, de 10:00 a 13:00 h	Atención y matrícula de Radio Eccla	Se presta información al alumnado y pueden gestionarse cuestiones relacionadas con la matrícula, en los días y horarios señalados. Recordar que Radio ECCA es una institución educativa, comunicativa y de acción social. Tiene un sistema propio de enseñanza, el Sistema ECCA, en el que se sincroniza el material pedagógico, la clase en audio y la acción tutorial. 677.911.060 / 922.10.09.80	Radio Eccla	No
Lunes y miércoles, de 17:00 a 19:00 h. Lunes de 11:00 a 13:00 h.	Clases de Dibujo y Pintura	La Asociación Artecreadores oferta talleres de dibujo y pintura a todos los niveles para adultos. Para más información contactar con el monitor Daniel Lecuona: 622.698.176. No se responde a WhatsApp.	Asociación Cultural Artecreadores	No
Martes y miércoles, de 17:00 a 20:00 h	Tutorías de Radio Eccla	Se presta por parte del profesorado asesoramiento a los alumnos y alumnas, en relación con las materias impartidas por ellos, en los días y horarios señalados. Radio ECCA es una institución educativa, comunicativa y de acción social. Tiene un sistema propio de enseñanza, el Sistema ECCA, en el que se sincroniza el material pedagógico, la clase en audio y la acción tutorial.	Radio Eccla	No
Lunes, de 19:00 a 20:00 h	Metafísica	Son encuentros en los que se habla sobre la metafísica es una rama de la filosofía que estudia los problemas centrales del pensamiento filosófico: el ser en cuanto tal, el absoluto, Dios, el mundo, el alma. En esa línea, intenta describir las propiedades, fundamentos, condiciones y causas primeras de la realidad, así como su sentido y finalidad. Para más información, acudir el día que se imparte la actividad	Grupo Metafísica	No

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



De lunes a viernes, de 8:00 a 16:00 h	Labores Internas y Atención al Público de la Asociación Creativa	Se atiende al público y realizan gestiones internas relacionadas con la asociación. La Asociación Creativa es una entidad no lucrativa que agrupa a distintos/as profesionales de ámbito social, que pretenden movilizar todos los recursos posibles para ofrecer distintos tipos de servicios: formación, prestación de servicios a personas en situación de exclusión social, y desarrollar programas de promoción del empleo. Entidad que trata de impulsar la igualdad de los derechos sociales, creando entidades, proyectos y programas innovadores y todo tipo de iniciativa que contribuya a ello. Su objetivo es movilizar recursos personales y materiales para generar nuevos empleos, actividades, servicios y estrategias de desarrollo de las personas, de los territorios y de las instituciones públicas y privadas. Para más información: 601.647.502 // 922.92.60.69	Asociación Creativa	No
Miércoles de 17:30 a 18:30 h.	Quan Cheng	Para más información, acudir el día que se imparte la actividad	Asociación Quan Cheng para la Salud en Canarias	No.
Solicitar cita previa	Asesoramiento, Diagnóstico, Talleres...	La Asociación Aspercan da asesoramiento, realiza diagnósticos y lleva a cabo talleres dirigidos a los usuarios de la Asociación. Para más información: 678 801 807	Aspercan	No.
Miércoles, de 10:00 a 13:00 h	Taller de retoque fotográfico	A través de la Asociación Enrique Romeu ofrece a los mayores la actividad de retoque fotográfico,	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No.
Miércoles, de 16:00 a 17:30 h	Grupo de lectura	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad del grupo de lectura, en la que desarrollan múltiples y variadas capacidades, como son la paciencia y la concentración, la perseverancia o la expresión y diversión. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Viernes, de 15:30 a 18:30 h	Pintura al óleo para mayores	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de pintura al óleo, en la que desarrollan múltiples y variadas capacidades, como son la paciencia y la concentración, la perseverancia o la expresión y diversión. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	Bordado Español	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de bordados, en la que desarrollan diferentes técnicas de bordado. Contactar con Marisol	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Viernes, de 16:30 a 18:30 h	Taller de costura	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de costura. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Viernes, de 16:00 a 17:00 h	Gimnasia	A través de la Asociación Enrique Romeu se le ofrece a los mayores la actividad de gimnasia para mayores. Contactar con Marisol.	Asoc. Enrique Romeu "Hogar del Pensionista"	No
Jueves de 16:00 a 17:30 h.	Pintura al óleo para mayores	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de pintura. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	No

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves de 17:45 a 19:15 h,	Cocina saludable	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de cocina. Acudir directamente el día que se imparte la actividad.	Área de Bienestar Social	No
Miércoles de 18:00 a 19:30 h.	Yoga	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de yoga	Área de Bienestar Social	No
Viernes de 16:00 a 17:00 h, de 17:00 a 18:00 h y 18:00 a 19:00 h	Fotografía	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de fotografía.	Área de Bienestar Social	No
Jueves de 16:00 a 17:30 h,	Estimulación Cognitiva	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de estimulación para la memoria.	Área de Bienestar Social	No
Martes de 11:00 a 12:00 h. Miércoles y viernes de 10:30 a 11:30 h.	Gimnasia coreográfica	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de gimnasia	Área de Bienestar Social	No
Lunes y miércoles, de 17:30 a 19:00 h	Acondicionamiento Físico	A través del OAD se imparten clases de Acondicionamiento Físico, para más información: https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ct/I/PistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d	Organismo Autónomo de Deportes	No
Lunes y miércoles, de 9:00 a 10:30 h	Yoga	A través del OAD se imparten clases de Yoga, para más información: https://deportelagunero.com/Actividades/ActividadesEnCurso/ct/I/PistaEvent/mid/2461?eId=WB2EUGwboEY%3d	Organismo Autónomo de Deportes	No

CENTRO CIUDADANO TEJINA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 14 de febrero de 19:30 a 21:00 horas	Presentación del libro: "Documentos para la historia de Tegueste, Tejina, Bajamar, Punta del Hidalgo y Valle de Guerra" (Tenerife) siglo XVII. Volumen II.	Se llevará a cabo la presentación del libro: "Documentos para la historia de Tegueste, Tejina, Bajamar, Punta del Hidalgo y Valle de Guerra" (Tenerife) siglo XVII. Volumen II, de los autores Sergio A. Oliva López, Francisco Cejas-Fuentes Padrón, Carlos O. Hdez Glez, Elias de León Díaz, Juan Elesmí de León Santana y M ^a del Pilar Vallejo Cuadrado.	Fuentes de Tejina	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 20:00 horas.	Metafísica	Se impartirán clases de metafísica. Para más información o inscripción contactar con Ana Tovar. Tlf. 647400619. - Ley de Mentalismo - Las siete leyes Universales - Manejo y uso correcto del pensamiento y sentimiento. - Meditación - Principios básicos de las grandes religiones. - Grandes pensadores.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Miércoles de 10:00 a 12:00 horas.	Cestería	Clases de confección de cestas artesanas. Más información acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y jueves de 8:30 a 10:40 horas.	Pilates	Clases de Pilates. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 677111572 (Gigly).	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 17:00 horas.	Tai-chi y Chi-kung	Clases de Tai-chi y chi-kung. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 681041546 (Matías). <ul style="list-style-type: none"> - Control de la respiración. - Control Psicomotriz. - Conciencia y Relajación. - Tonificación. - Estiramientos. - Disminución de estrés y ansiedad. 	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas.	Kung-fu y Wushu para niñas/os y adultos	Kung- Fu y Wushu (niñas/os a partir de 8 años y adultos). Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 681 041 546 (Matías). <ul style="list-style-type: none"> - Desarrollo psicomotriz. - Autodefensa. - Diversión. - Disciplina. - Respeto. - Creatividad. - Autocontrol. - Concentración 	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 8:30 a 9:30 horas.	Yoga para adultos. Iniciación	Taller de iniciación al yoga para adultos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 676 312 688 (María). <ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento para preparar nuestro cuerpo para la práctica. - Secuencia progresiva y orgánica de asanas. - Relajación o meditación final 	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00 horas.	Clases de inglés	Se impartirán clases de inglés dirigidas tanto para niños/as entre 8 y 15 años como para adultos a partir de los 16 años. Para más información o inscripción contactar con José Luis y Emma a través del correo emmamfrancis@hotmail.com o llamando a los tlf.606 809 802 y/o 611 621 816.	Asociación de Vecinos Las Tres Calles	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 19:00 horas (grupo para adultos). Jueves de 17:00 a 19:00 horas (grupo para niñas/os y adolescentes).	Taller de Dibujo y Pintura	Se realizará un taller de dibujo y pintura para todos los niveles. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad, contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tlf. 622698176 (no se responden whatsapps).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:30 a 21:30 horas.	Zumba con Aránzazu	Se realizará la actividad de Zumba. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro
Viernes de 9:30 a 10:30 horas.	Taller de Acondicionamiento Físico Suave	Taller de Acondicionamiento Físico Suave. Para más información o inscripción puede acudir el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 642324383 (Iraida).	Asociación Solidaria de Corazón	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves de 19:00 a 20:30 horas.	Bailes Folclóricos	Clases de bailes folclóricos. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 605157663 (Yurena).	Asociación cultural Guatatiboa	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 a 19:00 horas	Iniciación de instrumentos: guitarra, laúd y bandurria	Se impartirán clases de iniciación a guitarra, laúd y bandurria. Para más información llamar al tlf. 609 611 259.	Asociación cultural Guatatiboa	No

CENTRO CIUDADANO VALLE DE GUERRA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 28 de febrero de 17:30 a 21:30 horas	Festival de Carnaval	Se realizará el Festival de Carnaval del Centro, donde participarán la Murga Infantil Los Vallerit@s, Murga Las Pirujas, Murga Los Roscacios, Grupo Coreografía de Baile Moderno del C.C. Valle de Guerra, Asociación Músico Cultural Minfaya, además del tradicional desfile de disfraces.	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
De lunes a viernes en horario del Centro	Clases de la Academia del Patronato Ntra. Sra. de Lourdes	Se impartirán clases a través de la Academia del Patronato de Música de las siguientes materias: Música y movimiento, Solfeo, Piano, Trompa, Trompeta, Trombón, Bombardino, Clarinete, Flauta, Percusión, Saxo, Tuba. Información e inscripción en el Centro Ciudadano los lunes de 16:30 a 19:30 horas y miércoles de 16:30 a 20:30 horas. Más información: 630741122 o gestion.bandavalleguerra@gmail.com	Patronato de Música Ntra. Sra. de Lourdes	Consejo de Centro
Información de los horarios en tel. 922 15 03 12, Whatsapp al 689 221 250 o correo electrónico 38011108@gobiernodecanarias.org	Formación Básica Inicial	Clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922 15 03 12, ó 689221250 (Whatsapp) o en el enlace: https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Información de los horarios en tel. 922 15 03 12, Whatsapp al 689 221 250 o correo electrónico 38011108@gobiernodecanarias.org	Clases de Graduado en ESO	Clases de secundaria dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922 15 03 12, ó 689221250 (Whatsapp) o en el enlace: https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacomarcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 19:00 horas.	Taller de Dibujo y Pintura.	Se realizará un taller de dibujo y pintura para niños/as y adolescentes a partir de 6 años. Adultos llamar para consultar. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o contactando en artecreadores@gmail.com o llamando al tlf. 622698176 (no se responden whatsapps).	Asociación Artecreadores	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y jueves: 1º Grupo: de 17:30 a 18:30 horas. 2º Grupo: de 18:30 a 19:30 horas. 3º Grupo: de 19:30 a 20:30 horas.	Baile Moderno	Se realizará un taller de Baile Moderno. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad o llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 628807807 - 1º Grupo de 4 a 7 años - 2º Grupo de 8 a 12 años - 3º Grupo adultos más de 12 años	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	Dancefit	Se realizará un taller de Dancefit. Información e inscripciones llamando al tlf. 615 05 64 41 ó 610 977 952	Asociación Músico Cultural Murga Las Pirujas	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 19:00 horas	Baile Folclórico	Se realizará un taller de Baile Folclórico. Información e inscripciones llamando al tlf. 605 157 963	Asociación Cultural Guatatiboa	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 17:30 a 19:30 horas	Taller de Iniciación a la Moda y Reciclaje de Prendas	Se realizará un taller de iniciación a la moda y reciclaje de prendas para todos los niveles. Información e inscripciones llamando al tlf. 667 28 10 84 (Feliciano)	Asociación Mayores El Apio	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 17:30 horas.	Taller Actividad Física- Estimulación Cognitiva	Actividad física y estimulación cognitiva, dirigida a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:00 horas	Taller Estimulación Musical	Taller de estimulación musical dirigido a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PUNTA DEL HIDALGO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes y miércoles de 16:00 a 19:00 horas y jueves de 17:00 a 20:00 horas	Formación Básica Inicial	Se darán clases de alfabetización dirigidas a adultos a través del CEPA Comarca Nordeste. Para más información e inscripción llamar al 922150312 ó en el enlace: https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/cepacom arcanordestedetenerife/matricula/	CEPA Comarca Nordeste	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas (Iniciación) y de 18:00 a 19:00 horas (Avanzado).	Tai chi (iniciación y avanzado)	Se impartirán clases de Tai Chi. Iniciación y avanzado. Para más información llamar al tlf. 679 169 346 (Beatriz)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	Estiramientos/Streching	Se impartirán clases de Estiramientos. Para más información llamar al tlf. 679 169 346 (Beatriz)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles 18:30 a 19:30 horas	Yoga en Inglés	Se impartirán clases de Yoga en Inglés y otros idiomas. Para más información llamar al tlf 680 731 788 (Francesca)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 20:30 horas	Entrenamiento y salud	Se impartirán clases de entrenamientos individualizados para mejorar la condición física. Para más información llamar al tlf. 666 348 840 (Javier)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:30 a 19:30 y de 20:00 a 21:00 horas y viernes de 10:00 a 11:00 horas	Hatha Yoga	Se impartirán clases de Hatha Yoga. Para más información llamar al tlf. 650 480 321 (María)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 10:00 horas	Entrenamiento Funcional	Se impartirán clases de Entrenamiento Funcional. Para más información llamar al tlf. 666 336 172	Asoc.Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Lunes, Martes y Jueves de 16:30 a 17:30 horas y Lunes, Miércoles y Jueves de 19:30 a 20:30 horas	Kickboxing	Se impartirán clases de Kickboxing para todas las edades. Según la edad se adaptará la clase a cada grupo. Para más información llamar al tlf. 686632097 (Jacobo)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
lunes 15,30 a 16,45, Jueves de 17:00 a 18:15 y viernes de 11:00 a 12:30 horas	Estiramientos, relajación y terapia integral	Se impartirán clases de estiramientos, relajación y terapia integral. Para más información llamar al tlf. 639423931 (Vanessa)	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Miércoles de 16:30 a 18:00 horas, jueves de 18:00 a 19:30 horas y viernes de 8:30 a 10:00 horas	Jiu Jitsu Brasileño	Se darán clases dirigidas a personas con ganas de aprender Jiu Jitsu Brasileño, para más información contactar con Tom - 661184982	Asociación Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:00 horas	Taller de Lectura	Se impartirá un Taller de Lectura una vez al mes. Para más información llamar al tlf. 649 821 401	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 Viernes de 10:00 a 12:00 horas	Biodanza	Se impartirán clases de Biodanza. Para más información llamar al tlf. 676 312 688	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Viernes de 12:00 a 13:30 horas	Taller de Cuenco Tibetanos	Se impartirá un Taller de Cuencos Tibetanos al mes. Para más información llamar al tlf. 677468131 (Ruth).	Asoc. La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas (adultos) y miércoles de 18:00 a 20:00 horas (niños).	Folclore Instrumental	Se impartirán clases de Folclore Instrumental para niños y adultos. Más información acudiendo el día y horario de la actividad.	Asoc. de Vecinos Aguacada	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:30 horas	Pilates	Actividad propuesta y promovida por el OAD, para más información contactar con el Organismo Autónomo de Deportes	OAD (Organismo Autónomo de Deportes)	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:30 horas.	Programa de Radio "Soulake"	Programa de radio on- line y de actualidad de la comarca, noticias, novedades musicales, tertulia, redes sociales, concursos radiofónicos y entrevistas in situ a artistas de la comarca.	Asoc. Cultural y Deportiva Punta del Hidalgo	Consejo de Centro
Tercer o cuarto miércoles de mes de 20:00 a 21:30 horas	Presentaciones de Libros y Charlas Culturales	Se impartirá una vez al mes una Charla o Presentación de algún libro, se impulsa el sentimiento canario y nuestros orígenes, se realizarán normalmente el tercer o cuarto miércoles de cada mes	Departamento de Humanidades de la Universidad de La Laguna	Consejo de Centro
Martes y jueves de 15:30 a 17:45 horas	Refuerzo Educativo (Programa CaixaProinfancia)	Actividad de refuerzo educativo enmarcada dentro del programa CaixaProinfancia, y gestionada por la Fundación Ecca Social, para ayudar a los más pequeños con las actividades del cole para que puedan desarrollarse mejor y estar acompañados	Fundación ECCA Social	Concejalía de Participación Ciudadana y Programa CaixaProinfancia

CENTRO CIUDADANO EL TRANVÍA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Del día 4 al 13 de febrero, horario del centro	Exposición contra la Violencia de Género	Dentro del contexto del Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer. El Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer se conmemora cada 25 de noviembre, con el objetivo de denunciar la violencia que se ejerce sobre las mujeres en todo el mundo y reclamar políticas en todos los países para su erradicación.	Concejalía de Fiestas e Igualdad.	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Día 13 de febrero 17:00 a 21:00 horas	Presentación Literaria "Jauría al borde del infierno"	Se presentará el libro "Jauría al borde del Infierno del Autor Emilio Fernandez Batista.	Asociación Cultural Micro a Micro	Consejo de Centro
Viernes 14 de febrero de 18:00 a 23:00 horas	Festival folclórico "Homenaje al AMOR"	Se realizará un Homenaje al amor, con motivo del día de San Valentín que se celebra el día 14/02. Se contará con la participación de los siguientes grupos y la A. F. Ariferint	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Del 17 al 28 de febrero, horario del centro	II Exposición "Explosión de Ilusión"	Exposición de cuadros realizados con cascara de huevos. Con el objetivo de dar visibilidad a los trabajos realizados con ese material.	Francisca del Castillo Pohoomal	Consejo de Centro
Viernes 21 de febrero de 18:30 a 21:00 horas	Concierto intercultural AMAZIGH, cantautores de ritmos sudmarroquíes (poesía y charlas)	Se realizará una conferencia del investigador Pablo de Luca, a continuación un recital poético del poemario "Piel tierra" y para finalizar un concierto de los cantautores, Larbi Mejjaoui, Carlos Chico, David Mejuto y actuación del Grupo Folclórico Amazigh Ahoich Ait Maten y Tissint. El objetivo de este acto es la prevención del racismo y la xenofobia entre la ciudadanía, abogando por la mejora de la convivencia.	Asociación Solidaridad Solar SOS	Consejo de Centro
Jueves 27 de febrero de 19:00 a 20:30 horas	Representación Teatral "EL café está de muerte"	Tres skechts de teatro de estilo tragicómico dirigido a todos los públicos, preferentemente mayores, con el objetivo de ofrecer un espectáculo divertido a los asistentes.	Asociación AMULL	Consejo de Centro
Lunes de 08:00 a 13:00, los martes 08:00 a 14:00 y de 15:00 a 19:00, los miércoles de 10:00 a 13:00 y los jueves 08:00 a 14:00 y de 15:00 a 19:00 horas.	Formación reglada ESO	Educación dirigida a mayores de 18 años que no han titulado en la ESO De septiembre 2024 a junio de 2025	CEPA San Cristóbal	Consejo de Centro
Lunes 10:00 a 12:00 y viernes de 9:00 a 10:30 horas	Danzoterapia	Se impartirán talleres donde se trabajará el movimiento y la sociabilidad a través de la música	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 11:00 a 12:00 horas	Tai Chi / Chikung (Mañana)	El tai chi y el qi gong son ejercicios chinos tradicionales de movimiento. Se basan en dos ideas: La energía, llamada qi o chi, fluye a través del cuerpo por "caminos de energía" que se llaman meridianos. Si el flujo de chi se bloquea o se desequilibra en cualquier punto del camino, se cree que usted podría enfermarse.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 12:00 a 13:00 horas	Wing Chun	El wing chun, romanizado también como wing tsun/tsun o wing tsun, es un arte marcial chino tradicional aunque muchos lo reconocen como sistema marcial orientado a la defensa personal creado por una sacerdotisa que se escapó del templo Shaolin, llamada Ng Mui.	A. D. GR Wing Chun	Consejo de Centro
De lunes a viernes de 15:00 a 20:00 horas	Ocio para Mayores	A lo largo de la tarde personas mayores se reúnen para charlar y jugar a juegos de mesa.	Comisión de Fiestas las Paz y la Unión	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y jueves de 15:00 a 17:00 horas	Taller de pintura al Óleo	Taller donde se aprenderán las distintas técnicas de la pintura al óleo y la utilización de pinceles y colores. Para más información acudir al centro durante el horario de la actividad para hablar directamente con la monitora.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 17:00 horas	Taller de Canto Canario	Taller de refuerzo de las voces que componen la A. F. Ariferint	A. F. Ariferint	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes y miércoles de 16:30 a 18:00 horas	Tai Chi / Chikung (Tarde)	El tai chi y el qi gong son ejercicios chinos tradicionales de movimiento. Se basan en dos ideas: La energía, llamada qi o chi, fluye a través del cuerpo por "caminos de energía" que se llaman meridianos. Si el flujo de chi se bloquea o se desequilibra en cualquier punto del camino, se cree que usted podría enfermarse.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Refuerzo musical	Actividad dirigida a las personas que quieran reforzar sus conocimientos y habilidades de canto	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 20:00 horas	"Cultiva tu mente jugando"	Se trabajará la estimulación cognitiva, a través de los juegos de mesa	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Yoga (Tarde)	El yoga es un grupo de prácticas o disciplinas físicas, mentales y espirituales que se originaron en la antigua India y tienen como objetivo controlar y aquietar la mente, reconociendo una conciencia-testigo desapegada que no ha sido tocada por la mente y el sufrimiento mundano.	Asociación G&R de Wing Chun	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 20:00 horas	Teatro	Dirigido a personas mayores de 10 años (sin necesidad de experiencia previa). El taller estará compuesto por formación en Danza, desarrollando las habilidades coreográficas. Música: aprendiendo a utilizar la voz en el canto. Interpretación, explorando las técnicas de actuación para el teatro musical. El mismo tendrá una duración de entre el 13 de enero hasta el 20 de junio. Al finalizar el taller se realizará una presentación abierta al público en junio. Impartido por la compañía HabemusTeatro.	Ayuntamiento de San Cristóbal De La Laguna, Área de Participación Ciudadana	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Dansumba	Se realizarán talleres donde se tonificará el cuerpo a través del ejercicio y la música	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 horas	Bachata	Taller donde se enseñará a los usuarios y usuarias el dominio del baile de Bachata	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Lunes de 20:00 a 22:00 horas	Taller de folclore Gomero	Taller en el que se enseñará a los/as usuarios/as el folclore de la isla de La Gomera	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Martes y jueves de 09:00 a 10:00 horas	Taller de Entrenamiento Funcional (Mañana)	Taller de actividad física donde se trabajará Cardio, Gap, Tonificación, Pilates, Flexibilidad y Yoga	A. Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 10:00 a 11:30 horas	Clases	Revisión de trabajos y aclaración de dudas de los alumnos/as que reciben sus clases a través de la plataforma formativa	Radio ECCA	Consejo de Centro
Martes y jueves de 16:30 a 17:30 horas	Iniciación a la informática I	Se enseñará a los usuarios/usuarias el manejo de un equipo informático y distintas aplicaciones.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes de 16:00 a 18:30 horas	Cocina Mexicana Iniciación	Se enseñará a preparar platos sencillos de la cocina Mexicana	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 17:30 a 18:30 horas	Iniciación a la informática II	Se enseñará a los usuarios/usuarias el manejo de un equipo informático y distintas aplicaciones.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	Pilates 1	El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento. Se trabaja principalmente el estiramiento muscular.	A. C. Aguerre	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 18:30 a 21:30 horas	Cocina Mexicana Avanzado	Se enseñará a preparar platos sencillos de la cocina Mexicana	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00 horas	Pilates 2	El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento. Se trabaja principalmente el estiramiento muscular.	A. C. Aguerre	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 21:00 horas	Clases de lenguaje silbado	Se formará a los asistentes en la fonética y gramática del lenguaje silbado	Asociación Yo Silbo	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 21:00 horas	Taller "Danza y vestimentas del mundo"	Se irá realizar un recorrido por las diferentes culturas del mundo y de ellas se realizarán muestras de la danza y vestimenta del país seleccionado. Actualmente se está llevando a cabo el Taller de Joropo Venezolano.	Asociación Cultural Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Martes y jueves de 20:00 a 21:00 horas	Entrenamiento Funcional (Tarde)	El entrenamiento funcional es una clasificación de los ejercicios que implica entrenar el cuerpo para las actividades de la vida diaria	Asociación ANGORA	Consejo de Centro
Miércoles 10:00 a 11:00 y viernes de 10:30 a 11:30 horas	Yoga I (Mañana)	El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general. El yoga se desarrolló como una práctica espiritual hace miles de años.	A. D. GR Wing Chun	Consejo de Centro
Miércoles 11:00 a 12:00 y viernes de 11:30 a 12:30 horas	Yoga II (Mañana)	El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la respiración y la mente. Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud general. El yoga se desarrolló como una práctica espiritual hace miles de años.	A. D. GR Wing Chun	Consejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 18:00 horas	Formación reglada	Formación oficial en distintas materias entre las que podemos encontrar la ESO, distintos idiomas etc.	Radio ECCA	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 19:00 horas	Clases de baile canario	Se enseñará a bailar las distintas danzas tradicionales dentro del folclore Canario	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Jueves 10:00 a 12:00 horas	Calado y Roseta Canaria I	Calado Canario, labor delicada y minuciosa, a modo de encaje que se hace en una tela. La roseta consiste en la elaboración de un tipo de encaje de aguja, para el que se utiliza una almohadilla denominada pique.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Jueves 10:00 a 12:00 horas, actividad quincenal	Círculos de Lectura	Taller donde se intercambiarán opiniones y percepciones de los libros que leen. También se reciben visitas de distintos escritores/escriptoras que acuden invitados para presentar y compartir experiencias de sus publicaciones.	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Jueves 12:00 a 14:00 horas	Calado y Roseta Canarias II	Calado Canario, labor delicada y minuciosa, a modo de encaje que se hace en una tela. La roseta consiste en la elaboración de un tipo de encaje de aguja, para el que se utiliza una almohadilla denominada pique.	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 20:00 horas	Chácaras y Tambores	Taller en el que se enseñará a tocar las chácaras y tambores, también a sonar el bucio.	A. F. Ariferint	Consejo de Centro
Viernes 16:00 a 17:30 horas	Dibujo y pintura Infantil	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Viernes de 17:00 a 18:00 horas	Sevillanas Iniciación	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes 18:00 a 19:30 horas	Dibujo y pintura Adultos	Taller dirigido a menores, donde aprenderán técnicas de dibujo y pintura	A. M. Amigas de La Cuesta	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 19:30 horas	Sevillanas	Se enseñará las distintas técnicas y modalidades del baile de Sevillanas	A. C. Cueva de Unicornios	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO SALUD ALTO-EL ROCÍO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes 11 de febrero de 17:30 a 19:00 horas	Charla "El Alquiler y la Ocupación "	Se impartirá charla donde se explicará la importancia del contrato de Alquiler de un vivienda. Actividad gratuita.	Jose Manuel Brito Cabrera	Consejo de Centro
Lunes de 18:30 a 20:30 horas y martes de 17:30 a 19:30 horas	Vestimenta Tradicional Canaria	Confección de vestimenta típica y campesina Canaria. Para información e inscripciones 666270472	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes de 16:30 a 17:30 horas	Croché	El ganchillo, croche o tejido de gancho es una técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta o específica. Para información e inscripciones 666270472	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 16:30 a 17:30 horas.	Pilates	Conjunto de ejercicios físicos en los que se entrena la musculatura, la resistencia, flexibilidad y el control de la respiración y la mente. Para información e inscripciones 616178877	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:45 horas	Bailes Latinos	Clases de bailes latinos. Para información e inscripciones 619086974	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:00 horas	Zumba	Zumba es una disciplina deportiva que mezcla el ejercicio y el baile. Para más información e inscripciones 677785700	Asociación Cultural de Mujeres Salud Alto - El Rocío	Consejo de Centro
Martes y jueves de 15:00 a 16:45 horas	Entrenamientos	Entrenamiento Federados Tenis de Mesa	Federados Tenis Mesa	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 20:00 horas	Ensayo Bailadores Canarios	Ensayo	Asociación de Bailadores Canarios de Diego Felipe – Guaratene	Consejo de Centro
Martes y viernes de 17:30 a 19:00 horas	Ensayo Rondalla	Ensayo	Asociación Cultural Folklórica Monte Nevado	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO VISTAMAR

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 21 de febrero de 18:00 a 19:30 horas	Charla "La donación de Vivienda"	Charla impartida por abogado D. Cristo Manuel García Gómez donde dará pautas de como gestionar una propiedad sin perder el derecho de la misma.	Jose Manuel Brito Cabrera	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Jueves 27 de febrero a partir de las 18:00 horas	Baile de Disfraces	Con motivo del Carnaval 2025, se celebrará un baile de disfraces donde no faltarán las tan míticas canciones como La Abusadora, Pasito a Tun Tun, y un amplio repertorio para celebrar nuestro Carnaval, con merienda participativa.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Miércoles de 18:30 a 19:30 horas	Actividad física deportiva grupal (Baile, gimnasia, yoga, pilates, etc.)	Programa Red Araña Activa IV Su objetivo principal es fomentar la inclusión social a través de un acceso no discriminatorio a actividades físico-deportivas, culturales y de ocio y tiempo libre. Está dirigido a personas mayores de 18 años en adelante.	Red Española de Entidades por el Empleo, Red Araña	Concejalía de Bienestar Social, Igualdad, Juventud, Infancia y Familia del Gobierno de Canarias
Viernes de 17:00 a 18:30 horas	Taller de crochet para adornar las columnas del hall del centro	La idea es reunirnos con personas que compartan el interés por el crochet y la creatividad, para trabajar juntas en la creación de coloridos adornos que decorarán el espacio y crearán un ambiente acogedor y único.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	Metafísica	La metafísica es la parte de la filosofía que se ocupa del ser en cuanto tal, y de sus propiedades, principios y causas primeras.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	Yoga	Relajación, estiramientos y conexión con uno mismo a través de diferentes asanas.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 18:00 horas	Pilates	Se realizarán ejercicios corporales con el control mental, basado en la respiración y la relajación.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Lunes de 18:00 a 19:30 horas	Teatro	Taller de teatro donde se les darán técnica de interpretación, expresión corporal, técnicas de voz, la improvisación, la puesta en escena, etc. Dirigido al colectivo de mayores	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Consejo de Centro
Martes de 19:00 a 20:00 horas	Bailes Latinos (Iniciación)	Son clases de iniciación a los bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Miércoles de 17:30 a 18:30 horas	Estimulación Musical	La estimulación musical es el manejo de la música y sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía), en un proceso creado para facilitar, promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, dirigido al colectivo de mayores	Área de Bienestar Social del Excmo. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna.	Consejo de Centro
Jueves de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Estimulación Cognitiva	Se desarrollarán un conjunto de actividades dirigidas a mantener o a perfeccionar el funcionamiento cognitivo en general, a través de ejercicios de memoria, percepción, atención, concentración, lenguaje, soluciones de problemas, planificación y razonamiento.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	Crochet	Se impartirán clases de crochet, técnica para tejer labores con hilo o lana que utiliza una aguja corta y específica.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 18:00 horas	Danzoterapia	Ejercita tu cuerpo con ejercicios, estiramientos, relajación y danza.	Asociación Cultural Cueva de Unicornios	Consejo de Centro
Viernes de 18:00 a 20:00 horas	Bailes Latinos (Avanzado)	Son clases de nivel avanzado de bailes latinos como salsa y bachata en los que se perfeccionarán técnicas y movimientos mientras se lo pasan bien.	Asociación de Mayores Vistamar de Ipalan	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE GENETO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Mañanas Miércoles de 12:00 a 13:00 horas. Tardes y Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	Lunes y Lunes Yoga	Clase física de estiramientos y relajación. Inscripción previa: Sheyla 691 202 170	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 19:00 a 20:00 horas.	Meditación	Ejercicios de calma mental y bienestar. Inscripción previa: Sheyla 691 202 170	AVV El Moral	Consejo de Centro
Mañanas Miércoles y Jueves de 09:00 a 10:00 horas. Lunes y Miércoles de 17:00 a 18:00 horas.	Lunes, Tardes Pilates	Disciplina deportiva basada en estiramiento y acondicionamiento físico. Inscripción previa: Laura 636 156 137	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 16:00 a 18:00 y de 18:00 a 20:00 horas.	Taller de Cerámica	Se impartirán talleres de cerámica creativa. Inscripción previa: Juan 639 075 515	Asociación Belenista y Cultural El Castrejón	Consejo de Centro
Mañanas Miércoles de 10:00 a 11:00 horas. Tardes Miércoles de 19:00 a 20:00 horas.	Lunes y Lunes y Zumba	Disciplina fitness mediante movimientos de baile combinados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 20:00 a 21:00 horas	Bailes Latinos Iniciación	Se imparten clases de Iniciación de bailes latinos (salsa, bachata, merengue..) Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:30 horas	Bailes Latinos	Se imparten clases de bailes latinos (salsa, bachata, merengue..) Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 18:00 horas. Y de 18:00 a 19:00 horas	Bailes Modernos Infantil	Clases de bailes modernos para niños/as, la primera hora para edades comprendidas entre los 4 a 8 años y la segunda hora para edades comprendidas entre los 9 a 13 años. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Martes y Jueves de 10:00 a 11:00 horas.	Clases de Mantenimiento	Ejercicios físicos de bajo impacto y moderados. Inscripción previa: Casandra 655 408 797	AVV El Moral	Consejo de Centro
Mañanas y Viernes de 11:00 a 12:30 horas Tardes Miércoles de 19:00 a 20:00 horas. Martes y Jueves de 17:00 a 18:00 horas y de 18:00 a 19:00 horas.	Miércoles Lunes y Entrenamiento Funcional	Entrenamiento Funcional que incluye musculación, estiramientos, GAP y cardio. Inscripción previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	Vestimenta Tradicional	Clases de confección de vestimentas tradicionales. Inscripción previa: Carmen 666 270 472	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	Arreglos y Reutilización de Ropa	Se llevarán a cabo talleres sostenibles de transformación de ropa que se deja abandonada para darle un segundo uso y adaptarla al gusto. Inscripción previa: Gely 637 338 993	AVV El Moral	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Mañanas 10:00 a 13:00 horas Tardes de 17:00 a 20:00 horas.	Lunes de Martes y Miércoles	Crochet	Iniciación, guía de proyectos y charlas entorno al ganchillo. Inscripción previa: Klothly 616 110 375	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Viernes de 19:00 a 21:00 horas		Dibujo y Pintura Adultos	Aprendizaje de técnicas de dibujo y pintura. Inscripción previa: Raúl 640 662 587	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Viernes de 17:30 a 19:00 horas		Dibujo y Pintura Infantil/Juvenil	Se imparten clases de dibujo y pintura utilizando varias técnicas, actividad dirigida a menores. Inscripción previa: Raúl 640 662 587	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Jueves de 17:30 a 19:30 horas.		Clases de Cuerdas	Guitarra, Bandurria, Timple, Laúd, Bajo, Cuatro Venezolano, Ukelle; Tabladura medida, aplicados al folclore y canción popular de Canarias. Inscripción previa: Noly 676 398 407 o Sandra 677 037 310	Asociación Cultural San Borondón	Consejo de Centro
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.		Clases de Guitarra y Bajo	Se imparten clases de guitarra y bajo, se trabajarán diferentes estilos musicales y solfeo. Inscripción previa: Frank 669 885 277	Grupo Musical IXEMAD	Consejo de Centro
Miércoles y Viernes de 10:00 a 11:00 horas		Baile Canario 3º Edad	Se impartirán talleres de bailes canarios destinados a la 3º Edad. Inscripción previa: Francisco 634 584 065	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:30 horas		Baile Canario 3º Edad Iniciación	Se impartirán talleres, para principiantes de bailes canarios destinados a la 3º Edad. Inscripción previa: Francisco 634 584 065	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro
Martes de 17:30 a 19:30 horas		Chácaras y Tambores	Clases de aprendizaje en el manejo de las chácaras y tambores. Inscripción previa: Leandro 620 017 617	Asociación Musical El Moral	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 20:30 horas		Bailes Tradicionales de Tambor	Clases de bailes típicos con tambores, dentro de la categoría de Chácaras y tambores. Inscripción previa: Leandro 620 017 617	Asociación Musical El Moral	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 horas		Sevillanas	Clases para aprender su coreografía, compás, estructura, pasos y posiciones del cuerpo. Inscripción previa: Ana 677 084 639	AVV El Moral	Consejo de Centro
Jueves de 19:00 a 20:00 horas.		Escuela Folclórica	Enseñanza de Bailes Tradicionales Canarios de las 8 Islas para edades comprendidas a partir de los 7 años. Inscripción Previa: Jeremy 697 847 286	Grupo Musical IXEMAD	Consejo de Centro
Martes de 18:00 a 20:00 horas		Teatro Adultos	Clases de teatro para adultos en la que se incluyen actividades como: sensibilización de los sentidos, conciencia y expresión corporal, creación de personajes, improvisaciones grupales, juego teatral... Inscripción previa: Elena Feria 651 533 784	Asociación de Acción Teatral Actrices con A	Consejo de Centro
Lunes y Jueves de 10:00 a 11:30 horas		Proyecto Actívate (Actividades Cognitivas de Memoria, Manuales y Artísticas)	Talleres para reforzar la memoria e incentivar la capacidad intelectual a través de actividades lúdicas, manuales y de lecto-escritura. Personas jubiladas, prejubiladas y/o de la tercera edad. Inscripción Previa: Fátima 622 821 568	Asociación Cultural y Musical Angora	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y Jueves de 08:30 a 15:30 horas	Formación, Asesoramiento y Búsqueda de Empleo	Atenciones para formaciones, asesoramiento y búsqueda de empleo. Cita previa: 619 518 756	Fundación Don Bosco	Consejo de Centro
--	--	--	---------------------	-------------------

CENTRO CIUDADANO LAS CHUMBERAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
del 10 al 19 de febrero de 15:30 a 21:30	Exposición mujeres republicanas	Exposición de 15 paneles con motivo del 1 Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer La guerra civil española (1936-1939) fue un momento de transgresión de los derechos de las mujeres republicanas en el municipio de San Cristóbal de La Laguna; por ello, se presenta esta exposición que sintetiza, a lo largo de una serie de paneles (formato roll-up), la explicación tanto de su etapa previa, la Segunda República, como de los procesos represivos a los que fueron sometidas algunas mujeres de tendencia republicana durante la Guerra Civil.	Concejalía de Fiestas e Igualdad	Consejo de Centro
Todos los Lunes de 18:00h a 19:00h.	Yoga	Clases de Yoga para adultos, actividad física ideal debido a sus beneficios físicos y relajantes. Más información en el Centro Ciudadano en el horario de la actividad.	Concejalía de Bienestar Social	<u>AA.MM Amigos de la Amistad</u>
Todos los Jueves de 18:00h a 19:00h	Zumba	Clases de Zumba para adultos, actividad física con coreografía. Más información en el Centro Ciudadano en el horario de la actividad.	Concejalía de Bienestar Social	<u>AA.MM Amigos de la Amistad</u>
Todos los Lunes de 16:00h a 18:00h.	Cocina	Clases de cocina para adultos, aprende recetas nuevas y trucos en la cocina. Más información en el Centro Ciudadano en el horario de la actividad.	Concejalía de Bienestar Social	<u>AA.MM Amigos de la Amistad</u>
Todos los Martes de 18:00h a 19:00h y Todos los Jueves de 19:00h a 20:00h	Gimnasia	Taller de Gimnasia para mantener una óptima condición física. Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Todos los Martes de 19:00h a 20:00h y Todos los Jueves de 20:00h a 21:00h	Bailes Latinos	Taller donde se aprenden nociones de varios tipos de Bailes Latinos (Salsa, Merengue, Bachata...) Para más información llamar al tlf. 615 55 61 16 o acudir directamente a la actividad en el horario estipulado.	AVV Chumberas	Consejo de Centro
Todos los Martes de 18:00h a 20:00h.	Estimulación cognitiva	Actividad destinada a personas mayores para optimizar el funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas, con el que pretendemos mejorar el funcionamiento de las capacidades mentales y el bienestar. Inscripciones en el Centro Ciudadano o llamando al 922 82 33 16	Asociación de mayores Club de la 3ª Edad Amigos de la amistad	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 19:00	Baile tradicional	Clases de Baile Tradicional, más información llamando al 697847286.	Asociación Coros y Danzas Acoidán	No
Jueves de 17:30 a 19:00	Ensayo Teatros	Grupo de Teatro. Para mas información llamar al tlf. 607 54 33 96.	Asociación Teatros	No

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO FINCA ESPAÑA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Semana del 10 al 14 de febrero en horario de apertura del centro	Celebración de La Semana del Amor y la Amistad	<p>En el Centro Ciudadano Finca España, un año más queremos celebrar el amor y la amistad y como solo un día nos parece poco, durante toda la semana del 10 de febrero podrás disfrutar de nuestro Photocall del amor y sacarte las fotos más divertidas para compartir en redes sociales, además podrás descubrir las sorpresas que tienen preparadas para los participantes la Asociación de Mujeres de Finca España. ¡No te lo puedes perder!</p> <p>- Desde el lunes 10 al viernes 14 de febrero, exposición del mural del amor y la amistad como photocall (hall del centro), en horario de apertura del centro.</p> <p>- Viernes 14 de febrero: representantes del consejo de centro y usuarios, repartirán por el barrio tarjetas felicitando el 14 de febrero en nombre del Centro Ciudadano.</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes 21 de febrero a partir de las 17:30 horas	Fiesta Infantil del Carnaval 2025 con el espectáculo "Los Aromas" de Habemus Teatro	<p>Celebra con nosotros la bienvenida al Carnaval 2025, con la fiesta infantil que la Asociación de Mujeres de Finca España ha organizado por tí. Como plato fuerte del acto podremos disfrutar del espectáculo "Los Aromas", de Habemus Teatro. Una divertida representación teatral, donde toda la familia podrá participar y formar parte del mágico universo que Habemus Teatro creará en nuestro centro. Además tendremos baile, merienda y sorpresas...Ponte tu mejor disfraz y ven a disfrutar al Centro Ciudadano Finca España. Entrada libre para todas las edades. Para más información llamar al 922.67.09.67</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Concejalía de Participación Ciudadana
Lunes de 20:30 a 21:30 horas	Talleres de ritmos cubanos: Son y ChaChaChá	<p>Talleres dirigidos a parejas de baile, las personas que se quieran inscribir sin pareja, pasarán a formar parte de una lista de espera en la que se podrán crear parejas de baile si las personas están interesadas. Para más información e inscripción previa, contactar con los profesores en el 667.555.545 o en el centro ciudadano en el teléfono 922.670.967</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Zumba	<p>Disfruta de esta disciplina fitness que combina rutinas aeróbicas con movimientos de baile, para fortalecer nuestro cuerpo y favorecer una mayor flexibilidad. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967</p>	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Entrenamiento Funcional	<p>El entrenamiento funcional es una forma de ejercicio que tiene como objetivo preparar a tu cuerpo para hacer frente a las tareas del día a día, como agacharse para recoger algo, mover objetos pesados, estirar los brazos para alcanzar algo, subir escaleras, cargar las bolsas de la compra. etc. Para ello, en lugar de aislar músculos individuales, el entrenamiento funcional se enfoca en los patrones de movimiento completos que utilizamos en la vida diaria. Para más información llamar al 661246400</p>	Asociación Musical y Cultural Angora	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes de 19:30 a 20:30 horas, martes de 20:00 a 21:00 horas y viernes de 18:00 a 20:00 horas	Shinobijutsu (Ninjutsu) jóvenes y Adultos	Clases de Ninjutsu para jóvenes a partir de 12 años y adultos. El Ninjutsu es el arte marcial japonés de los ninja. Esta palabra está compuesta por dos kanji, el nin que significa resistencia, paciencia, perseverancia y el jutsu que hace referencia a un conjunto de técnicas y habilidades, es decir, que el ninjutsu es el arte de la perseverancia. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967 o whatsapp al 642067634	Asociación Cultural de Artes Marciales Bernard San	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:30 horas	Taller de Escritura Creativa Mente-Corazón	Taller de escritura creativa "Mente-Corazón", de la mano de la escritora y divulgadora Lu Gabat. Un espacio donde la escritura abandona los esquemas tradicionales y se adentra en los caminos de la reflexión personal y colectiva, donde la originalidad, la imaginación y la innovación se dan la mano. Para más información llamar al 922.670.967 o whatsapp al 609.02.04.92	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Miércoles de 19:00 a 21:00 horas	Clases de Sevillanas y Flamenco	Aprende con Laura Guillén a bailar sevillanas o cualquier palo de flamenco, de forma distendida y realizando ejercicios físicos, mentales y de coordinación. Para más información e inscripciones contactar vía whatsapp al 651.105.518	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E y Asociación Cultural Feria de Abril Tenerife	Consejo de Centro
Martes de 17:00 a 18:30 y jueves de 18:00 a 19:30 horas	Taichí	Clases de Taichí, un arte marcial originaria de china que se practica en la actualidad para reducir y aliviar el estrés y la ansiedad, además desarrolla la flexibilidad y el equilibrio. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Martes de 18:30 a 20:00 horas	Yoga - Técnicas de Relajación	Clases de Yoga enfocadas a las técnicas de relajación. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 17:00 a 19:00 horas	Costura y arreglos	Taller de costura y arreglos de ropa, se puede participar sin conocimientos previos de costura. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Jueves de 16:30 a 18:00 horas.	Teatro Aficionado	Si quieres dar clases de teatro amateur con actores no profesionales, creando obras de teatro y participando en las mismas, puedes acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Grupo de Teatro "Son las que están y están las que son"	Consejo de Centro
Jueves de 19:30 a 21:30 horas	Danza del Vientre	Clases de Danza del Vientre para todos los niveles. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad o llamar al 922.670.967	Asociación de Mujeres de Finca España A.M.F.E	Consejo de Centro
Viernes de 10:00 a 11:30 horas	Clases de Castañuelas	Clases de iniciación al toque de castañuelas, unas clases que ofrecen aprender a tocar las castañuelas o palillos desde cero. Para más información llamar al 922.670.967 o whatsapp al 653.787.609	Asociación Cultural Feria de Abril Tenerife	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO BAJAMAR

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 7 de febrero a partir de las 19:00 horas	Representación de la obra de teatro "El Dilema"	No te pierdas la representación de la obra de teatro "El Dilema", con la que la compañía Apeiron Teatro te invita a reflexionar sobre el valor de las decisiones. El argumento versa sobre una enigmática mujer que llega a una cafetería con el objetivo de cumplir deseos y a 8 personas que lucharán contra sus principios y descubrirán el precio de lo que más ansían.	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Viernes 21 de febrero a partir de las 19:00 horas	Presentación del poemario "De cuarzo y verso"	La escritora Ángeles Hernández Cruz presenta su último libro que nace de sus propias experiencias y en la que nos habla del desamparo, de las heridas que se abren más y más ante la soledad frente a un problema; pero en el que también indaga a cerca de su salvación personal a través de la poesía, porque esta siempre es redentora. ¿Te lo vas a perder? Entada libre hasta completar aforo	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Sábado 15 de febrero a partir de las 12:00 horas	Festival de Swing	Actividad en la que los participantes aprenderán sobre el baile del Swing, disfrutarán y bailarán al ritmo de la música	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 20:00 a 22:00 horas	Ensayos de la Agrupación Folklórica Isogue	Ensayos de la parranda de la Agrupación Folklórica	A.F. Isogue	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 22:00 horas	Ensayos de la Agrupación Folklórica Isogue	Ensayos de la parranda de la Agrupación Folklórica Isogue	A.F. Isogue	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00 horas	Zumbayor	Ejercicios que se inspiran en movimientos y pasos de los bailes latinos. Para más información contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 672 713 071	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 21:30 horas	Bailes de Swing	Se trata de la forma más popular de bailar música Swing en pareja. Un baile en el que conectas con el suelo, la pareja de baile y la música a la vez. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Sociocultural La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Gimnasia de mantenimiento	Múltiples ejercicios de fuerza, resistencia y flexibilidad . Es un método de trabajo de bajo impacto. Ayuda a sobrellevar mejor los trabajos cotidianos.Una excelente oportunidad para hacer ejercicio y mejorar la salud en un ambiente agradable. Para más información contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 666 336 172	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes, de 16:00 a 17:00 horas	Cardio Boxing	Actividad que mezcla Boxeo y Aerobic. Nace con la finalidad de aportar un valor añadido a la gimnasia aeróbica y mejorar los beneficios de su práctica. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación de Vecinos Gran Poder	Consejo de Centro
Jueves de 18:00 a 19:00 horas	Tertulia Literaria	El Club de la 3ª Edad, se reúne quincenalmente para hacer lectura de un libro, e intercambiar aspectos del mismo. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 18:00 a 20:00 horas	Taller de Canto impartido por la cantante Virginia Guantanamera	Clases de canto, técnicas vocales, entonación de la voz a cargo de la profesora Virginia Guantanamera. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Concejalía de Participación Ciudadana del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna	Consejo de Centro
Miércoles de 11:00 a 12:30 horas	Encuentro de mujeres	Actividad en la cual se reúnen mujeres para abordar temas relacionados con las vivencias de las mismas. Se lleva a cabo de manera quincenal.	Asociación Sociocultural La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Miércoles de 16:00 a 17:30 horas	Taller de español para alemanes/as	Se imparten clases de español para personas alemanas que quieran aprender castellano. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Jueves de 10:30 a 12:30 horas	Diafredo (Trabajo corporal)	Actividad de trabajo corporal con el objetivo de realinear y reposicionar el cuerpo para permitir movimientos naturales. Reduce el estrés y alivia el dolor. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Sociocultural La Punta - Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Lunes y Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Yoga	Esta práctica utiliza posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación para mejorar la salud en general. Ayuda a reducir el estrés. Para más información contactar con la monitora en el siguiente número de teléfono 639423931	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan	Consejo de Centro
Jueves de 18:15 a 19:15 horas	RADIO-ECCA	Actividad dirigida a mayores con la finalidad de ofrecerles un espacio de encuentro, potenciando la socialización y las relaciones interpersonales a la vez que ayuda a mantener y mejorar el estado de cognitivo, funcional y afectivo. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	Pintura	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan
Viernes de 17:45 a 19:15 horas	Manualidades-Pintura	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades/Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Club del Pensionista Isogue de San Juan
Todos los martes de 10:30 a 11:30 horas	Taller de osteopatía	En este taller se abordarán las técnicas que aplica la osteopatía en el tratamiento del cuerpo humano para tratar algunas dolencias y patologías. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad. Plazas limitadas ¡No te quedes sin la TUYA!	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
Todos los martes de 10:00 a 11:30 horas	Taller de rehabilitación funcional	En las masterclass de rehabilitación funcional kundalini podrás aprender a aliviar tus dolores crónicos y tratar la rigidez de las lumbares y cadera a través de la combinación de ejercicios de kundalini yoga y técnicas tradicionales de medicina china. Para inscribirse deberán contactar a través de whatsapp en el siguiente número de teléfono 620393470	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Cada dos lunes de 10:00 a 11:30 horas	Taller de Voz	En este taller de voz los asistentes aprenderán todo lo necesario para poder cantar con claridad en un ambiente divertido y ameno. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad	Asociación Sociocultural La Punta-Bajamar Avanzando	Consejo de Centro
---------------------------------------	----------------------	--	---	-------------------

CENTRO CIUDADANO JARDINA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:00 a 17:30 h	Taller de Memoria	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora
Martes a las 20:00 horas	Taller de Canto - Virginia Guantamera	Talleres de canto e interpretación por Virginia Guantamera	Concejalía Participación Ciudadana	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO SAN LUIS GONZAGA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:00 a 18:00	Taller de manualidades	Taller de manualidades donde se harán diferentes trabajos. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Octubre 1953 San Luis Gonzaga	Consejo de Centro
Lunes de 17:45 a 19:15 horas	Taller de pintura	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores Santísimo Cristo de la Montaña de Taco
Martes de 17:45 a 19:15 horas	Taller de manualidades	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores Santísimo Cristo de la Montaña de Taco
Martes y viernes de 17:00 a 19:00 horas	Kpop	K-House Dance Academy, Clases de K-Pop y Baile Urbano. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asociación Juvenil de Baile K-House	No
Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas	Clases de idiomas	Clases de idiomas para niños/as. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Fundación Universidad ULL	No
Lunes y jueves de 16:30 a 20:3 horas.	Talleres de Teatro Social	Clases de Teatro Social dirigidos a todos los públicos.. Para más información acudir al centro en el horario indicado. El "Teatro Social", particularmente teatro foro, busca abordar problemas desde su raíz y promover soluciones colaborativas para fomentar la participación y cooperación democrática. De esta manera estos talleres buscan formar a jóvenes en esta herramienta para poder ofrecer bolos y actividades relacionadas a la ciudadanía.	Asoc. Juvenil y Cultural KAUA	No

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO LAS CARBONERAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles y sábados de 16:00 a 20:00	Actividades formativas relacionadas con el patrimonio cultural dentro del proyecto "241 Miradas"	Se realizan diferentes actividades dentro el proyecto "241 Miradas"	Proyecto socioeducativo itinerante Furgoneta Fantástica	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO EL BATÁN

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 19:30 a 21:30	Ensayo de la Parranda	Ensayo de la parranda	Parranda Cuevas de Lino	No

CENTRO CIUDADANO GUAMASA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles 20:00 a 22:00	Ensayo de la Danza	Ensayo Danza de Guamasa	Danza Guamasa	No
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:30 Y martes de 20:00 a 21:30	Ensayo de la A.F. Leopoldo Morales	Ensayo de la parte instrumental y del cuerpo de baile	A.F. Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Miércoles 21:00 a 22:00	Ensayo Parranda Entreamigos	Ensayo de la parte instrumental	Parranda Entreamigos	Consejo de Centro
Viernes de 17:00 a 20:00	Clases de Bordados	Actividad donde se aprende el arte de de bordar.Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	C.D. Guamasa	Consejo de Centro
Domingos de 17:00 a 22:00	Baile	Como ya es tradición en el centro, se han retomado los bailes que organiza el Club de Mayores Leopoldo Morales con música en directo	Club de Mayores Leopoldo Morales	Consejo de Centro
Lunes y viernes 17:00 a 19:00	Baile Urbano	Clases de baile urbano para jóvenes, donde se conocerán los diferentes bailes urbanos y sus pasos. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Santa Rosa de Lima	Consejo de Centro
Martes de 17:45 a 19:15 horas	Taller de Estimulación / Actividad Física	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación/Actividad Física, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club de Mayores Leopoldo Morales
Miércoles de 17:45 a 19:15 horas	Taller de Memoria	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club de Mayores Leopoldo Morales
Viernes de 16:00 a 17:30 horas	Taller de Manualidades	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club de Mayores Leopoldo Morales
Miércoles a las 19:00 horas	Taller de Canto - Virginia Guantamera	Talleres de canto e interpretación por Virginia Guantamera	Concejalía Participación Ciudadana	Comisión Promotora

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO VALLE JIMÉNEZ

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes 14 de febrero a partir de las 19:00 horas	Presentación del 3º Libro Sobre el Juego del Palo	La Escuela del Juego del Palo Los Morales quiere presentar un libro sobre este tema	Escuela del Juego del Palo Los Morales	A.VV. Valle Jiménez
Lunes y miércoles de 18:00 a 20:00	Clases de Gimnasia de Mantenimiento	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. Valle Jiménez	No
Miércoles de 18:30 a 22:00 y viernes de 20:30 a 22:00 horas	Clases de Guitarra	Clases para aprender a tocar la guitarra.	A.VV. Valle Jiménez	No
Martes a sábado de 17:00 a 22:30	Juegos de mesa	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Valle Jiménez	No
martes y viernes de 18:00 a 20:00 horas	Ensayo de grupo de música	Ensayo de un grupo de música de nueva creación	Grupo música	No
Sábados a las 17:00 horas	Fútbol chapas	Se harán ligas, torneos y talleres sobre este hobby apasionante. Para más información sobre esta actividad, acudir en el horario indicado.	Club Fútbol Chapas La Laguna LFC	No

CENTRO CIUDADANO LAS MERCEDES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes 20:00 a 21:00 horas	Ensayos Danza	Ensayo Danza de los Viejos Las Mercedes	Danza Los Viejos de Las Mercedes	No
Martes y jueves 20:00 a 23:00 horas	Ensayo Coro	Ensayo del Coro Sueños de Anaga	Coro Sueños de Anaga	No
Lunes 17:00 a 19:00 horas	Ensayo Parranda	Ensayo parranda Las Mercedes	Parranda Las Mercedes	No

CENTRO CIUDADANO LOS ANDENES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves 16:00 a 18:00 horas	Clases de Bordados	Actividad donde se aprende el arte de de bordar. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	A.VV. San Martín de Porres	No
Martes y jueves 20:00 a 20:30 horas	Ensayo A.F.	Ensayo de la A.F. Achamán	A.F. Achamán	No
Miércoles 16:00 a 18:00 y Viernes 17:00 a 20:00 horas	Escuela de la A.F. Achamán	Escuela donde se imparten clases de instrumentos de cuerda.	Escuela A.F. Achamán	No
De lunes a viernes de 17:00 a 21:00	Juegos de mesa	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. San Martín de Porres	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Viernes de 20:00 a 23:00	Envite	Diferentes equipos se reúnen para jugar al envite	A.VV. San Martín de Porres	Asoc. Mayores San Martín de Porres

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes de 18:15 a 19:30	Zumba	Taller de zumba que consiste en clases dirigidas de actividad aeróbica musical coreografiada. Para más información acudir en el horario indicado al centro ciudadano.	A.VV. San Martín de Porres	No
Jueves de 17:00 a 19:30 h	Clases de música	Academia de música Achamán, clases con el profesor Ignacio Borrego	A.F. Achamán	No
Martes de 16:30 a 18:00 horas	Yoga	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Yoga, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Viernes de 17:45 a 19:15 horas	Zumba/Estimulación / Gimnasia	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba/Estimulación/Gimnasia, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores San Martín de Porres
Miércoles de 16:00 a 18:00 horas	Memoria	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores San Martín de Porres

CENTRO CIUDADANO EL PILAR-LAS TORRES

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 16:30 a 18:30	Clases de pintura	Se imparten clases de Pintura	Amas de Casa	No
Lunes a viernes de 18:00 a 21:00 horas	Juegos de mesa	Se reúnen en el centro ciudadano para jugar a diferentes juegos de mesa	A.VV. Larpi	No
Jueves de 20:00 a 22:00 horas	Ensayo A.F. Parranderos y Punto	Ensayo Agrupación Folklórica	A.F. Parranderos y Puntos	No

CENTRO CIUDADANO SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 20:30 a 22:00	Ensayo A.F. Cuerpo de baile	Ensayos del cuerpo de baile	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Miércoles de 20:30 a 22:00	Ensayo A.F. parranda	Ensayo de la parranda	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Martes y jueves de 19:00 a 20:00	Pilates	Taller de Pilates. Se realizan un conjunto de movimientos y ejercicios controlados para mejorar problemas posturales, dolores... Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	No
Lunes, miércoles de 18:30 a 19:30 y viernes de 18:00 a 19:00 horas	Gimnasia de mantenimiento	Clases de gimnasia de mantenimiento donde se logra un acondicionamiento físico general, se trabaja elementos de coordinación, ejercicios de movilidad articular y de acondicionamiento físico de bajo impacto. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Consejo de Centro	No
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	Escuela infantil Folklóre	Escuela de baile folklórico infantil. Para más información acudir al centro ciudadano, en el horario indicado	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 20:00 a 21:30 horas	Escuela de Foklore Instrumental	Escuela de foklore instrumental donde podrán aprender a tocar cualquier instrumento de cuerda. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Lunes y miércoles de 19:30 a 20:30 horas	Clases de Danza Africana	Clases de Baile de la modalidad de danza Africana, para más información acudir al centro en el horario indicado	Danza Africana	Consejo de Centro
Martes de 20:00 a 22:00 horas	Taller de Baile de Salón	Taller donde se aprenderán diversos pasos de los diferentes tipos de baile de salón. Para más información acudir al centro ciudadano en el horario indicado.	Consejo de Centro	No
Viernes de 19:00 a 20:30 horas	Escuela Baile Iraya (Adultos)	Clases de Baile Tradicional para futuro/as componentes. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	A.F. Princesa Iraya	Consejo de Centro
Lunes de 16:30 a 17:30 horas	Taller de Yoga	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Yoga, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores El Granero de San Bartolomé de Geneto
Martes de 16:00 a 17:30 horas	Taller de Teatro	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Teatro, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores El Granero de San Bartolomé de Geneto
Viernes de 17:30 a 19:00 horas	Taller de pintura	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores El Granero de San Bartolomé de Geneto
Lunes a las 19:30 horas	Taller de Canto - Virginia Guantamera	Talleres de canto e interpretación por Virginia Guantamera	Concejalía Participación Ciudadana	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO SAN LÁZARO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 21:00 a 23:00 horas	Ensayo cuerpo de baile	Ensayo del cuerpo de baile de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	No
Jueves de 21:00 a 23:00 horas	Ensayo parranda	Ensayo de la parranda de Agrupación Folklórica Arraigo	A.F Arraigo	No
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	Taller de Creatividad	<p>· Mediante esta actividad lo que se pretende es conseguir, que las personas sean capaces de pensar, analizar la información, comprender las relaciones causa-efecto y sacar conclusiones, favoreciendo así el proceso creativo. • Los medios que se utilizarán para lograr estos objetivos son entre otros:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Pintar -Obras de arte con material reciclado -Jugar con plastilina. ... -Hacer puzles. ... -Hacer manualidades. ... -Juegos de palabras. <p>impartida por alumnos/as de la facultad de Bellas Artes de la Universidad de La Laguna</p>	Asociación Mayores El Parque se San Lázaro	Alumnos/as de la Facultad de Bellas Artes de la Universidad de La Laguna

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 16:00 a 17:15 horas	Taller de Cocina Saludable	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Cocina Saludable, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Mayores El parque se San Lázaro
Martes de 16:00 a 17:30 horas	Taller de Manualidades	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Manualidades, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Mayores El parque se San Lázaro
Viernes de 16:30 a 17:30 horas	Taller de Estimulación Musical	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación Musical, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asociación Mayores El parque se San Lázaro

CENTRO CIUDADANO LA CANDELARIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves de 18:00 a 20:00 horas	Bingo	Encuentro de entretenimiento de las usuarias, promovido por la Asociación de la 3ª Edad La Candelaria-San Román, que tiene lugar todos los jueves para jugar al bingo, sociabilizar y divertirse.	Asociación de la 3ª Edad la Candelaria-San Román	Comisión Promotora
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas	Ensayos Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Ensayos del Grupo " Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras". Para participar acudir al centro en el horario de la actividad.	Grupo "Tambores y Chácaras Cumbres Gomeras"	Comisión Promotora
Martes de 17:00 a 19:00 horas	Costura	Actividad dirigida a personas interesadas en aprender a coser. Para más información, acudir al centro en el horario indicado o llamando al 922 64 78 96 los martes y jueves en horario de 16:00 a 20:00 horas	Asoc. de la 3ª Edad La Candelaria-San Román	Comisión Promotora
Miércoles de 16:00 a 17:00 horas	Yoga	A través del Área Bienestar Social del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna se ofrece a los mayores de 60 años empadronados en el municipio sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora
Lunes de 16:30 a 17:30 horas	Pintura	A través del Área Bienestar Social del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna se ofrece a los mayores de 60 años empadronados en el municipio la actividad de Pintura. Para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora
Jueves de 16:00 a 17:30 horas	Gimnasia-Estimulación Cognitiva	A través del Área Bienestar Social del M.I. Ayuntamiento de San Cristóbal de La Laguna se ofrece a los mayores de 60 años empadronados en el municipio esta actividad para optimizar el funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas, con el que pretendemos mejorar el funcionamiento de las capacidades mentales y el bienestar. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Comisión Promotora

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO GUAJARA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 17:30-19:00	Cocina Saludable	Actividad de cocina saludable que incluirá elaboración de platos sanos y se comentará después el plato con las ventajas nutritivas. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Bienestar Social	Asociación de Mayores Carpe Diem
Viernes de 10:30 a 12:00 horas	Raíces digitales	Actividad de manejo de dispositivos para autonomía de personas mayores. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Carpe Diem
Martes y jueves de 11:00 a 12:30	Estimulación Cognitiva y Gimnasia para Mayores	Actividad física y estimulación cognitiva, dirigida a las personas mayores del municipio. Más información e inscripción acudiendo el día y horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Carpe Diem
Miércoles de 18:00 a 19:00 horas.	Baile Creativo	Se llevarán a cabo técnicas de baile e improvisación, mostrando los aspectos más creativos.	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Lunes de 19:30 a 20:30, miércoles de 20:00 a 21:00 y jueves de 17:30 a 18:30	Clases de Piloterapia	Actividad física de Pilates. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Pilaterapia	Consejo de Centro
Lunes 18:30 a 20:30	Clases de Chi kung	Chi kung. Es una técnica que comprende la mente, respiración y ejercicio físico. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Nivaria	Consejo de Centro
Martes 17:30 a 18:30 horas.	Entrenamiento para el baile social	Algunos bailes como el tango argentino son de difícil aprendizaje y ejecución, a veces nos frustramos porque el cuerpo no está suficientemente despierto, abierto, disociado o tonificado. El equilibrio y los apoyos también son importantes. A la hora de bailar cualquier ritmo, tener el cuerpo entrenado nos ayuda a despreocuparnos de la técnica y disfrutar. Inscripción previa por correo: lacasacreciente@gmail.com	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
jueves de 18:30 a 20:30 horas	Clases de Wing Tzun	Wing Tzun es un arte marcial chino tradicional, aunque muchos lo reconocen como sistema marcial orientado a la defensa personal. Para más información acudir al centro en el horario indicado.	Asoc. Nivaria	Consejo de Centro
Martes de 19:30 a 20:30 horas	Iniciación al Tango	Iniciación al Tango Argentino desde un buen aprendizaje de la técnica base y de los dos roles de la pareja. Para todas las personas que quieran iniciarse en este hermoso baile y para aquellas que quieran mejorar su técnica o aprender otro rol en la pareja. Inscripción previa en el correo: lacasacreciente@gmail.com	Asoc. Casa Creciente	Consejo de Centro
Miércoles 17:00 a 18:15 horas.	Juegos y desafío escénico	Taller de teatro desde el juego con los diversos desafíos que nos encontramos en la vida, volviendo divertido lo difícil, desarrollando la capacidad de desenvolvernos en cualquier situación, y apropiándonos de los personajes que queramos ser. lacasacreciente@gmail.com	Asoc. Creciente	Consejo de Centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Miércoles 18:30 a 19:30 horas.	Bailes Sociales	Aprenderemos a mover el cuerpo de forma armónica y segura, a seguir los diferentes ritmos y proponer o escuchar a la pareja manteniendo el propio centro y el eje. Disfrutaremos de este diálogo improvisado desde el respeto hacia la diversidad de cuerpos y formas de moverse.	Asoc.Creciente	Consejo de Centro
Viernes de 16:30 a 18:30 (1º y 3º viernes del mes)	Talleres de Escritura Creativa	Se llevarán a cabo talleres para crear desde microcuentos hasta la novela. Inscripción previa llamando a 671222814 (Gregory)	AVV Jardines de Guajara	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO BARRIO NUEVO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes, miércoles y viernes de 18.00 a 20:00. Sábados de 16:00 a 18:00. Domingo de 10:00 a 12:00	Ajedrez	Clases de ajedrez federado	AA.VV Barrio Nuevo Viña Nava	Consejo de centro
Lunes y miércoles de 16:00 a 18:00	Manualidades	Actividades de manualidades	Asociación Nuestra Señora de Fátima	Consejo de centro
Martes y jueves de 9:30 a 10:30 horas.	Taichí	<u>A través del OAD se imparten clases de Taichí, para más información: https://deportelagunero.com</u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO EL CENTENERO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Sábado 8 de febrero de 10:00 a 14:00 horas.	Jornadas de Juegos de Estrategias Dinámicas	Se desarrollarán diversos juegos y dinámicas con retos destinadas a diferentes grupos de edad. Inscripción e información en el centro ciudadano.	AVV San Isidro de El Centenero	Comisión Promotora
Martes y jueves de 19:00 a 22:00 horas	Ensayos A.F. Verode	Ensayos instrumental A.F. Verode	A.F. Verode	Comisión Promotora

CENTRO CIUDADANO EL COROMOTO

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes de 19:00 a 20:00 horas	Zumba	Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	A.VV. El Coromoto	No
Lunes y miércoles de 18:30 a 20:00 horas	Yoga	Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	A.VV. El Coromoto	No
De lunes a viernes de 16:00 a 20:00 horas	Juegos de mesa	Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. El Coromoto	No
Lunes, miércoles y viernes, de 17:00 a 18:15 horas	Taekwondo	Se imparten clases de Taekwondo destinadas a niños/as y jóvenes. Inscripción previa 686062818.	A.VV. El Coromoto	No
Lunes de 20:30 a 21:00 horas	Baile Latino	Se imparten clases de Baile Latinos para todas aquellas personas que deseen participar.	A.VV. El Coromoto	No

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes y miércoles de 20:00 a 21:30 horas	Baile Canario	Se imparten clases de Baile Canario para todas aquellas personas que deseen participar. Inscripción previa 634584065.	A.VV. El Coromoto	No
Jueves de 19:00 a 20:00 horas	Mantenimiento Funcional	Se llevarán a cabo tablas de ejercicios para el mantenimiento y tonificación del cuerpo. Inscripción previa 655273799.	A.VV. El Coromoto	No
Martes y jueves de 17:00 a 18:00 horas	Pilates Suelo	Se llevarán a cabo ejercicios de estiramientos y técnicas de Pilates . Inscripción previa 636156137.	A.VV El Coromoto	No

CENTRO CIUDADANO LA VERDELLADA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Martes y jueves de 16:00 a 20:00 horas	Atención Ciudadana	La A.VV. Los Verdeños presta atención ciudadana a la ciudadanía con cita previa.	A.VV. Los Verdeños	Comisión Promotora
Miércoles de 17:00 a 18:00	Clases de Canto	Se imparten clases de cantos para todas aquellas personas que deseen participar.	Asoc. Juvenil AJUVE	Comisión Promotora
Martes de 20:30 a 22:00 horas y jueves de 20:00 a 22:00 horas	Entrenamiento Funcional	Se imparten clases de entrenamiento funcional	A.VV. Los Verdeños	Comisión Promotora
Miércoles de 18:00 a 19:30 horas	Zumba	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores de Cruz de la Marca
Viernes de 17:45 a 19:00 horas	Memoria	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores de Cruz de la Marca

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL II

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a viernes de 16:00 a 21:00 horas	Juegos de mesa	Encuentro para realizar juegos de mesa, de entretenimiento y ocio.	A.VV. La Milagrosa	Consejo de Centro
Lunes, miércoles y viernes de 18:00 a 21:00 horas	Karate y Gimnasia de Mantenimiento	Arte marcial que consiste en ir subiendo de categoría , cambiando color y nivel de cinturón mediante examen de evaluación. Ejercicios para mantener la tonificación y musculatura.	Grupo de Karate	Consejo de Centro
Lunes y jueves de 17:00 a 21:00 horas.	Ensayo	Ensayos de la Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere.	Orquesta de Cuerda Pulsada A Piacere	No

CENTRO CIUDADANO EL ORTIGAL I

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Jueves de 17:00 a 19:30 horas.	Taller de Teatro	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Teatro, para más información pasar por elcentro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de MAYores San Joaquín y Santa Ana

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Lunes 16:30 a 17:30 horas.	Taller de zumba	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de zumba, para más información pasar por el centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de Mayores San Joaquín y Santa Ana
Martes de 16:30 a 17:30 horas.	Taller de Estimulación	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación musical, para más información pasar por el centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de MAYores San Joaquín y Santa Ana

CENTRO CIUDADANO LOS BALDÍOS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Sábado 22 de febrero a las 19:30 horas.	Obra de teatro: Cuando Alicia llegue.	Se celebrará una obra de teatro de la Asociación Cultural Puro Teatro, titulada "Cuando Alicia llegue"	AVV Tabajoste	Consejo de Centro
Martes 25 de febrero a las 19:30 horas.	Charla del Observatorio del Teide	Se llevará a cabo una charla sobre el Observatorio del Teide, además posteriormente se organizará una visita al mismo, promovida por la AVV TABajoste. Información en el centro ciudadano.	AVV Tabajoste	Consejo de Centro
Lunes de 17:30 a 19:30 horas	Zumba	Actividad de movimientos rítmicos de cardio, cuya finalidad es tonificar a través de la coreografía.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas	Bailoterapia	Actividad de baile con finalidad terapéutica, a través de la danza se consigue bienestar emocional y anímico.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 19:15 a 20:15 horas	Yoga	Sesiones de yoga y estiramientos para mantener un equilibrio entre el cuerpo y la mente. Acudir en este horario al centro para contactar con el instructor.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Lunes de 16:15 a 18:15 horas	Clases Iniciación Informática	Clases de iniciación a informática, en las que se aprenderá lo básico del paquete Office, manejar correo electrónico o acceder a administraciones para hacer gestiones administrativas.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	Clases Indumentaria Canaria	Taller para diseñar y elaborar tejido de indumentaria canaria.	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Miércoles de 17:00 a 18:00 horas	Gimnasia de Mantenimiento		Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Lunes de 16:00 a 18:00 horas	Cestería	Taller	Asoc. Cultural Siglo XXI	Consejo de Centro
Viernes de 20:00 a 21:00 horas	Bailes Latinos	Para inscripción acudir al Centro a la hora del taller	Asoc. de Vecinos Tabajoste	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO LA PITERITA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
De lunes a jueves de 15:30 a 19:00	Clases de acordeón	Clases de acordeón	AA.VV Bentejuí	Consejo de centro
Jueves de 19:30 a 21:30	Clases de canto	Clases de canto con Virginia Guantanamera	Participación Ciudadana	Consejo de centro

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



CENTRO CIUDADANO VILLA HILARIA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Lunes de 18:30 a 20:30 horas	Taller de Vocalización	Taller de vocalización, para todas aquellas personas que deseen participar. Para más información, pueden ponerse en contacto al siguiente correo electrónico:avlosdragos@hotmail.es	A.VV. Los Dragos de Villa Hilaria	Consejo de Centro

CENTRO CIUDADANO PRINCESA IBALLA

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Primer miércoles de cada mes de 10:00 a 13:00 horas y de 17:00 a 20:00 horas.	Servicio de Psicología y Atención al Ciudadano	La ciudadanía del municipio tendrá acceso a un Servicio de Atención Psicológica y un Servicio de Información, Orientación, y Atención a las adicciones de manera gratuita. en los distintos barrios y pueblos de La Laguna. Se brinda apoyo emocional y asesoramiento especializado a quienes lo necesiten. Para más información, acudir al centro en el horario indicado.	Área de Drogodependencias	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 9:00 a 10:30 horas	Pilates Suelo	<u>A través del OAD se imparten clases de Pilates Suelo, para más información: https://deportelagunero.com</u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro
Miércoles y viernes de 10:30 a 12:00 horas.	Dance Fit	<u>A través del OAD se imparten clases de Dance Fit, para más información: https://deportelagunero.com</u>	Organismo Autónomo de Deportes	Consejo de Centro
Lunes de 17:00 a 19:00 y miércoles de 16:00 a 18:00	Clases de Patchwork	Se dan clases de Patchwork, costura creativa que trata de unir telas y hacer creaciones inéditas.	Asoc Canaria de Patchwork	Club 3ª Edad La Fortaleza
Martes de 17:45 a 19:15 horas	Pintura	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Pintura, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad La Fortaleza
Miércoles de 16:00 a 17:30 horas	Actividad Física	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Actividad Física, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Club 3ª Edad La Fortaleza
Lunes de 10:00 a 11:30 horas	Zumba	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Zumba, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. Mayores la Fortaleza

CENTRO CIUDADANO SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Viernes de 10:00 a 12:00 horas	Taller de Pintura	Taller de pintura dirigido para el grupo de personas mayores que deseen participar	Área de Bienestar Social	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión
Lunes, miércoles y viernes de 17:00 a 19:30 horas	Ensayos A.F. Tajinaste	Ensayos semanales de la A.F. Tajinaste	A.F Tajinaste	A.F. Tajinaste

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



Martes de 18:00 a 19:00 horas	Taller Yoga	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Yoga, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar Social	Asoc. de Mayores Nuestra Ilusión
Miércoles de 18:00 a 19:15 horas.	Taller de Memoria	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Memoria, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión
Lunes de 16:00 a 18:00 horas.	Estimulación Cognitiva	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación Cognitiva impartida por alumnado de la ULL, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión y ULL
Jueves de 16:00 a 18:00 horas	Cocina Saludable	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Cocina Saludable, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de de Bienestar	Asociación de Mayores Nuestra Ilusión
Lunes y miércoles de 17:00 a 18:30 horas	Taller de Manualidades	Se trabajarán diversas técnicas con materiales de todo tipo, se elaborarán proyectos mensuales con temáticas para días señalados. Inscripción previa 654419411 /Eli)	AVV San Roque	No

CENTRO CIUDADANO LAS MANTECAS

PERIODO	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	PROMUEVE	COLABORA
Miércoles de 16:30 a 18:30 horas	Taller de Canto Virginia Guantanamera	Se imparten clases de canto y técnicas vocales por Virginia Guantanamera, talleres gratuitos que se realizan todo el año y que culminan con un concierto final dónde se expresa todo lo aprendido durante el curso.	Participación Ciudadana	No
Jueves de 17:00 a 21:00 horas	Maquetismo y modelismo	Elaboración de maquetas y trabajos artesanales.	Asociación de Maquetistas de Tenerife	No
Lunes y miércoles de 19:30 a 21:00 y de 21:00 a 23:00	Ensayos de cuerpo de baile y agrupación	Se realizan ensayos habitualmente de la agrupación, el cuerpo de baile e instrumentación y canto.	Agrupación Folclórica Los Majuelos	No
Martes y jueves de 20:30 a 22:00	Ensayos	LA rondalla realiza ensayos dos veces por semana en el centro.	Rondalla Lírica las Valkirias	No
Miércoles de 20:00 a 21:00	Talleres de Canto	Se imparten clases de canto por parte de la A.F Los Majuelos.	A.F Los Majuelos	No
Martes de 17:45 a 19:15 horas	Teatro	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Teatro, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asoc. de Mayores
Miércoles de 17:15 a 18:15	Radio ECCA	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Radio ECCA, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asoc. de Mayores
Jueves de 17:45 a 19:15	Estimulación Cognitiva-Gimnasia	A través de Bienestar Social se le ofrece a los mayores la actividad de Estimulación Cognitiva-Gimnasia, para más información acudir al centro en el horario de la actividad.	Área de Bienestar	Asoc. de Mayores

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



HORARIOS DE LOS CENTROS CIUDADANOS – DICIEMBRE DE 2024

1. C.C. SAN JERÓNIMO

Teléfono: 922626408

Correo electrónico: ccsanjeronimo@gmail.com

Horario habitual: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

Cierre: lunes 3 (festivo)

2. C.C. PÉREZ SOTO

Teléfono: 922617527

Correo electrónico: ccperezsotocardonal@gmail.com

Horario habitual: De 9:00 a 22:00 horas.

Cierre: lunes 3 (festivo)

3. C.C. SAN MATÍAS II

Teléfono: 922624276

Correo electrónico: ccsanmatias@gmail.com

Horario: Lunes, miércoles y jueves de 14:30 a 22:00 horas; martes y viernes de 8:15 a 15:45 horas. Cierre: lunes 3 (festivo)

4. C.C. TEJINA

Teléfono: 922546842

Correo electrónico: cctejina@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas.

5. C.C. VALLE DE GUERRA

Teléfono: 922159983

Correo electrónico: ccvalleguerra@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:00 a 21:30 horas y los viernes de 14:15 a 21:30 horas.

6. C.C. PUNTA DEL HIDALGO

Teléfono: 922156509

Correo electrónico: ccpuntahidalgo@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:00 a 21:30 horas y los viernes de 8:00 a 15:15 horas.

7. C.C. LAS CHUMBERAS

Teléfono: 922823316

Correo electrónico: cclaschumberas@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 15:30 a 21:30 horas.

Cierre 3 de febrero festivo.

8. C.C. SAN MIGUEL DE GENETO

Teléfono: 822179127

Correo electrónico: ccsanmigueldegeneto@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas

Cierre 3 de febrero festivo.

9. C.C. VISTAMAR

Teléfono: 922663320

Correo electrónico: ccvistamar@gmail.com

Horario de lunes a viernes de 15.00 a 21.00 horas.

10. C.C. GRACIA

Teléfono: 922260381

Correo electrónico: ccgracia@gmail.com

Horario: Lunes 15:00 a 22:00 horas. Martes 14:30 a 22:00 horas. Miércoles 14:30 a 22:00 horas.

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



11. C.C. SAN DIEGO

Teléfono: 922266669

Correo electrónico: cc Ciudadanosandiego@gmail.com

Nuevo Horario: Lunes: 16.00 a 22.00 horas. Martes: de 9.00 a 13.00 horas y de 16.00 a 22.00 horas. Miércoles: 16.00 a 22.00 horas. Jueves: de 9.00 a 13.00 horas y de 16.00 a 22.00 horas. Viernes: 9.00 a 14.15 horas.

12. C.C. LAS MADRES DE PADRE ANCHIETA

Teléfono: 922257454

Correo electrónico: cclasmadres@gmail.com

Horario: De lunes a viernes de 08:00 a 22:00 horas.

Horario de aperturas ordinarias de dos sábados al mes: este mes sólo se abre el sábado 22 de 10:00 a 22:00 horas.

13. C.C. FINCA ESPAÑA

Teléfono: 922670967

Correo electrónico: ccfincaesp@gmail.com

Horario: De lunes a jueves de 14:30 a 22:00 y viernes de 15:00 a 22:00 horas.

Cierre 3 de febrero festivo.

14. C.C. SALUD ALTO- EL ROCÍO

Teléfono: 922882796

Correo electrónico: cclrocio@gmail.com

Horario habitual: Horario: Lunes, miércoles y jueves de 15:00 a 21:00 horas y martes y viernes de 15:00 a 22:00 horas.

15. C.C. EL TRANVÍA

Teléfono: 922656544

Correo electrónico: cmeltranvia@gmail.com

Horario habitual: de lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas. El 14 de febrero se solicita una ampliación de horario de 22:00 a 23:00 horas para Ariferint.

CENTROS CIUDADANOS SIN PERSONAL PERMANENTE

16. C.C. LAS MERCEDES

Horario: De lunes a viernes de 17:00 a 23:00 horas.

17. C.C. SAN LUIS GONZAGA

Abren los días con actividad programada.

18. C.C. JARDINA

Horario: De lunes a domingo de 17:00 a 23:00 horas.

19. C.C. LAS CARBONERAS

Abren los días con actividad programada.

20. C.C. GUAMASA

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y de 17:00 a 22:00 horas - sábados y domingos de 17:00 a 22:00 horas.

21. C.C. VALLE JIMÉNEZ

Horario: Lunes de 16:00 a 20:00 horas y de martes a domingo de 17:00 a 22:30 horas.

22. C.C. BRONCO - LOMO LARGO

Abren los días con actividad programada.

23. C.C. LOS ANDENES

Abren los días con actividad programada.

24. C.C. PILAR - LAS TORRES

Lunes, jueves y viernes: de 17:00 a 22:00

Martes y miércoles: de 17:00 a 22:00

Martes y viernes: de 11:00 a 12:00

Jueves: de 10:00 a 12:00

Sábados: dependerá de las actividades programadas

25. C.C. SAN BARTOLOMÉ DE GENETO

Horario: de lunes a sábado de 16:00 a 22:00 horas.

CENTROS CIUDADANOS DE LA LAGUNA – FEBRERO 2025

<https://www.aytolalaguna.es/servicios/participacion-ciudadana/centros-ciudadanos/>



26. C.C. EL BATÁN

Abren los días con actividad programada.

27. C.C. SAN LÁZARO

Abren los días con actividad programada.

28. C.C. CAMINO TORNERO

Abren los días con actividad programada.

29. ESPACIO POLIVALENTE LAS CANTERAS

Abren los días con actividad programada.

30. C.C. BAJAMAR

Teléfono: 922 150 044

Correo electrónico: ccbajamar@gmail.com

Horario:

Días con personal de dinamización: Lunes y miércoles fijos y viernes alternos (con el CC La Candelaria) de 17:00 a 21:00 horas.

Días sin personal de dinamización y con apertura por parte de los colectivos: martes y jueves fijos y viernes alternos de 16:30 a 21:00 horas.

31. C.C. GUAJARA

Abre los días con actividad programada.

32. C.C. EL ORTIGAL I

Horario: De lunes a sábados de 17:00 a 21:00 horas.

33. C.C. EL ORTIGAL II

Abren los días con actividad programada.

34. C.C. CRUZ CHICA

Abren los días con actividad programada.

35. C.C. EL COROMOTO

Abren de lunes a viernes con las actividades programadas.

36. C.C. LOS BALDÍOS

Horario: De lunes a viernes de 16:00 a 23:00 horas.

Sábado 22 de febrero será de 16:00 a 22:30.

37. C.C. EL CENTENERO

Horario: De lunes a viernes de 16:30 a 22:00 horas.

Sábado 8 de febrero de 10:00 a 14:00

38. C.C. SAN MIGUEL DE CHIMISAY I

Abren los días con actividad programada.

39. C.C. LAS MANTECAS

Abren los días con actividad programada.

40. C.C. PRINCESA YBALLA

Horario: De lunes a viernes de 9:00 a 13:00 y de 16:00 a 20:30 horas.

41. C.C. LA CANDELARIA

Teléfono: 922 647 896

Correo electrónico: ccbarriolacandelaria@gmail.com

Horario:

Días con personal de dinamización: martes y jueves fijos y viernes alternos (con el CC Bajamar) de 16:00 a 20:00 horas.

Días sin personal de dinamización y con apertura por parte de los colectivos: lunes y miércoles fijos y viernes alternos cuando tienen actividad.

42. C.C. VILLA HILARIA

Horario: De lunes a viernes de 18:00 a 21:00 horas.

43. C.C. LA PITERITA

Lunes, martes, jueves y viernes de 9:00 a 12:30 y de 17:00 a 20:00 horas.

Miércoles de 17:00 a 20:00 horas.

44. C.C. LA VERDELLADA

Horario: De lunes a viernes de 16:30 a 20:00 horas.

45. C.C. SAN ROQUE

Horario: De lunes a sábados de 17:00 a 22:00 horas.

46. C.C. BARRIO NUEVO

Abren los días con actividad programada.