

Ciudad Real

actividades
octubre - enero

2023/24



Organiza:



Colaboran:



Ciudad Real
Deporte



Calendario curso 2023/2024

Septiembre 2023

miércoles

6

Inicio plazo
presentación
solicitudes
online

domingo

17

Finaliza plazo
presentación
solicitudes
online

lunes

18

Consulta
admisiones
online

Octubre 2023

lunes

2

Inicio
actividades

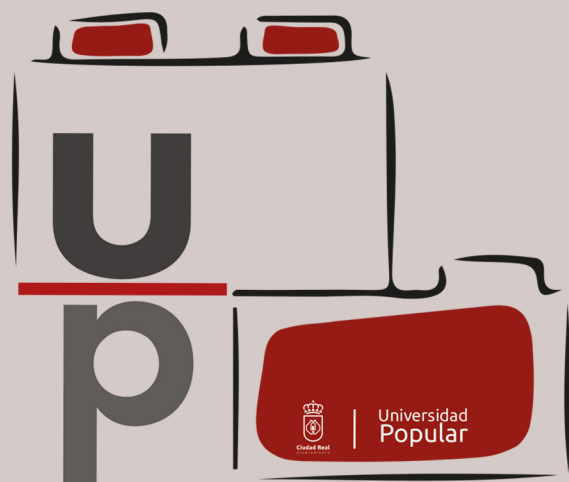
Enero 2024

miércoles

31

Finalizan
actividades

Si tiene dificultades para realizar su solicitud de manera telemática puede utilizar el **Servicio de Inclusión Digital de la Concejalía de Participación Ciudadana** en Edificio Mercado Municipal (C/ Postas) y Casa de la Ciudad (C/ Valle Alcudía)



SOLICITUD DE PLAZAS Y CONSULTAS

www.ciudadreal.es

Universidad Popular de Ciudad Real

C/ Madroños, 3 - Horario : 9 h. a 21 h.

Teléfono: 926 21 10 44 - ext. 397 y 398

Pilates

> PILATES - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

- GRUPO 211 | Lunes y Miércoles | 12:00 a 12:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/Juan Ramón Jiménez
- GRUPO 212 | Martes y Jueves | 10:00 a 10:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños
- GRUPO 213 | Lunes y Miércoles | 17:00 a 17:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños
- GRUPO 214 | Martes y Jueves | 18:00 a 18:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños
- GRUPO 215 | Lunes y Miércoles | 17:30 a 18:20h.
Centro Socio-Vecinal de Valverde
C/El Pilar
- GRUPO 216 | Lunes y Miércoles | 20:30 a 21:20h.
Centro Socio-Cultural de La Poblachuela
C/ta. Puertollano - N420
- GRUPO 217 | Lunes y Miércoles | 18:00 a 18:50h.
Pabellón Multifuncional de Las Casas
C/Maestro José Mena

Danza oriental

> DANZA ORIENTAL - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

- GRUPO 010 | Lunes y Miércoles | 19:00 a 19:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños

Yoga

> YOGA - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

- GRUPO 221 | Lunes y Miércoles | 11:00 a 11:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/Juan Ramón Jiménez
- GRUPO 222 | Martes y Jueves | 11:00 a 11:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños
- GRUPO 223 | Lunes y Miércoles | 17:00 a 17:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/Juan Ramón Jiménez

Hipopresivos

> HIPOPRESIVOS - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

- GRUPO 271 | Martes y Jueves | 11:00 a 11:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/Juan Ramón Jiménez
- GRUPO 272 | Lunes y Miércoles | 10:00 a 10:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños
- GRUPO 273 | Martes y Jueves | 16:00 a 16:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/Juan Ramón Jiménez
- GRUPO 274 | Lunes y Miércoles | 18:00 a 18:50h.
Universidad Popular
C/ Madroños

Taller de Espalda

> TALLER DE ESPALDA - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

GRUPO 231 | Lunes y Miércoles | 10:00 a 10:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/ Juan Ramón Jiménez

GRUPO 232 | Lunes y Miércoles | 16:00 a 16:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/ Juan Ramón Jiménez

Taichí

> TAI-CHÍ - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

GRUPO 201 | Martes y Jueves | 10:00 a 10:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/ Juan Ramón Jiménez

GRUPO 202 | Martes y Jueves | 18:00 a 18:50h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/ Juan Ramón Jiménez

Aquagym

> AQUAGYM - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

GRUPO 101 | Lunes y Miércoles | 11:00 a 11:50 h.
Piscina Polideportivo Rey Juan Carlos I
C/ Juan Ramón Jiménez

GRUPO 102 | Martes y Jueves | 11:00 a 11:50 h.
Piscina Polideportivo Rey Juan Carlos I
C/ Juan Ramón Jiménez

Zumba

> ZUMBA - Precio actividad cuatrimestre : **45 €**

GRUPO 241 | Martes y Jueves | 12:00 a 12:50 h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/ Juan Ramón Jiménez

GRUPO 242 | Lunes y Miércoles | 12:00 a 12:50 h.
Universidad Popular
C/ Madroños

GRUPO 243 | Lunes y Miércoles | 18:00 a 18:50 h.
Pabellón Príncipe Felipe
C/ Juan Ramón Jiménez

GRUPO 244 | Lunes y Miércoles | 19:30 a 20:20h.
Centro Socio-Cultural de La Poblachuela
C/ta. Puertollano - N420

GRUPO 245 | Lunes y Miércoles | 18:30 a 19:20h.
Centro Socio-Vecinal de Valverde
C/ El Pilar

GRUPO 246 | Lunes y Miércoles | 17:00 a 17:50 h.
Pabellón Multiusos de Las Casas
C/ Maestro José Mena

Número de cuenta para realizar el pago: **ES87 3190 2082 2643 3561 7223**

Indicar en el concepto: **UPCR - NOMBRE - APELLIDOS - Nº GRUPO**

Enviar justificante del pago: **info.upcr@ciudadreal.es**

Fotografía

> Iniciación - Precio actividad mensual : **10 €**

GRUPO 001 | Lunes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

> Avanzado - Precio actividad mensual : **10 €**

GRUPO 002 | Martes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

> Fotografía con móvil - Precio actividad mensual : **10 €**

GRUPO 003 | Jueves | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Ilustración

Actividad **GRATUITA**

> ILUSTRACIÓN

GRUPO 004 | Viernes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Ajedrez

> INICIACIÓN - Precio actividad mensual: **15€**

GRUPO 033 | Lunes y Miércoles | 11h. a 12:30 h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Restauración

Actividad **GRATUITA**

> RESTAURACIÓN DE MUEBLES

GRUPO 006 | Lunes | 18:00 a 20:00h.

Lugar | Universidad Popular de Ciudad Real
C/ Madroños

Patchwork

Actividad **GRATUITA**

> PATCHWORK

GRUPO 007 | Martes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Espacio Asociativo El Perchel
C/ Calatrava

Arteterapia

Actividad **GRATUITA**

> ARTEMEDITATIVO

GRUPO 008 | Lunes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Actividad **GRATUITA**

Patronaje

Actividad **GRATUITA**

> ARREGLOS BÁSICOS

GRUPO 009 | Lunes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Historia

Actividad **GRATUITA**

> HISTORIA DE CIUDAD REAL

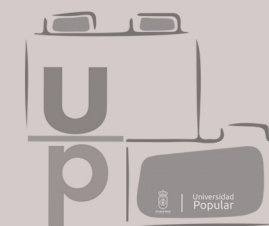
GRUPO 110 | Miércoles | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

> HISTORIA DEL ARTE

GRUPO 011 | Jueves | 17:30 a 19:00h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños



Bolillos

Actividad **GRATUITA**

> ARTES TRADICIONALES

GRUPO 012 | Miércoles | 17:00 a 18:30 h.

Lugar | C.S. San Juan de Ávila
C/ Guadalajara

Teatro

Actividad **GRATUITA**

> CREACIÓN TEATRAL

GRUPO 031 | Martes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Digitalízate

Actividad **GRATUITA**

> COMPETENCIAS DIGITALES BÁSICAS

GRUPO 014 | Lunes y Miércoles | 10:00 a 12:00h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

GRUPO 015 | Lunes y Miércoles | 17:00 a 19:00h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

GRUPO 016 | Martes y Jueves | 10:00 a 12:00h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

GRUPO 017 | Martes y Jueves | 17:00 a 19:00h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

La actividad está encaminada a la reducción de la brecha digital de las personas usuarias a través de la formación en competencias digitales básicas.

Radioafición

Actividad **GRATUITA**

> INICIACIÓN A LA BANDA DE CB

GRUPO 018 | Miércoles | 19:00 a 20:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Locución

Actividad **GRATUITA**

> LOCUCIÓN RADIOFÓNICA

GRUPO 019 | Martes y Jueves | 11:30 a 13h.

Lugar | Casa de la Ciudad
C/ Valle de Alcudia

GRUPO 020 | Martes y Jueves | 18:30 a 20h.

Lugar | Casa de la Ciudad
C/ Valle de Alcudia

Bordados

Actividad **GRATUITA**

> BORDADOS CREATIVOS

GRUPO 021 | Martes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | C.S. Los Ángeles
C/ Madrid

Narrativa

Actividad **GRATUITA**

> CREATIVIDAD Y RELATO CORTO

GRUPO 022 | Viernes | 17:00 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Bailes

Actividad **GRATUITA**

> BAILES DE SALÓN

GRUPO 023 | Martes | 20h. a 21h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

GRUPO 024 | Jueves | 20h. a 21h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Dibujo

Actividad **GRATUITA**

> PAISAJE NATURAL

GRUPO 025 | Miércoles | 16h. a 18h.

Lugar | Entorno Natural del Pielago
Ciudad Real

Europa

Actividad **GRATUITA**

> DESCUBRE EUROPA

GRUPO 026 | Miércoles | 18h. a 19:30h.

Lugar | Casa de la Ciudad
C/ Valle de Alcudia

Tango

Actividad **GRATUITA**

> INICIACIÓN AL TANGO

GRUPO 027 | Sábados* | 18:00 a 19:15 h.

Lugar | Casa de la Ciudad
C/ Valle de Alcudia

*Fechas | 14-10-2023
18-11-2023
16-12-2023
13-01-2024

Clases de tango para personas no iniciadas en las que trabajaremos la propiocepción y el lenguaje corporal, tanto individual como en pareja. Todo ello inspirado en la música "porteña" más internacional.

Naturaleza

Actividad **GRATUITA**

> AVISTAMIENTO DE AVES

GRUPO 030 | Sabados* | 9:00h a 13:00h.

Lugar | Entornos naturales de Ciudad Real
y su provincia

*Fechas | 07-10-2023
16-12-2023

Taller dirigido a iniciar a las personas participantes en la observación de aves, su comportamiento y código ético del observador.

Familia

Actividad **GRATUITA**

> LA FAMILIA Y SUS DINÁMICAS

GRUPO 032 | Jueves* | 19:00 a 20:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

*Fechas | 26-10-2023
09-11-2023
23-11-2023
14-12-2023
11-01-2024

Se trata de un taller que pretenden ser un espacio de encuentro, aprendizaje y reflexión, donde intercambiar y compartir experiencias e inquietudes entorno a la familia.

Memoria

Actividad **GRATUITA**

> ESTIMULACIÓN COGNITIVA

GRUPO 028 | Viernes | 10:00 a 11:00h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

El objetivo de esta iniciativa es mejorar la autoestima, el sentimiento de bienestar emocional, psicológico y de salud en general.

Comunicación

Actividad **GRATUITA**

> HABLAR EN PÚBLICO

GRUPO 013 | Jueves | 17:30 a 18:30h.

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños

Taller enfocado a mejorar la excelencia comunicativa y adquirir herramientas para el éxito personal y profesional.

Belenismo

Actividad **GRATUITA**

> INICIACIÓN AL BELENISMO

GRUPO 005 | Lunes 2 y Miércoles 4 de Octubre

Lugar | Universidad Popular
C/ Madroños
16:00 a 20:00h.

El objetivo principal es dar a conocer el arte belenista e incentivar a los asistentes a la creación y montaje de un belén particular.

Repostería

> REPOSTERÍA CREATIVA - Precio actividad: **15€**

GRUPO 029 | Jueves* | 17:00 a 20:00h.

Lugar | Obrador Inigual
Residencial Ronda, nº9 locales 2-3

*Fechas | 26-10-2023
16-11-2023
14-12-2023
18-01-2024

Una iniciativa donde las personas participantes podrán elaborar diferentes postres, tartas o galletas con un toque de creatividad.

Universidad Popular de Ciudad Real

Información de interés para las personas usuarias

El **acumular tres faltas de asistencia** será considerado motivo de exclusión y la consiguiente **pérdida de plaza** en cualquiera de las actividades, aún habiendo realizado el pago en aquellas que no son gratuitas.

La **programación de actividades** corresponde al **primer cuatrimestre** y se desarrollará entre los meses de octubre de 2023 y enero de 2024.