



TALLERS

Inscripcions: del 14 de juny (a les 10h) al 22 de juny. Fora d'aquest termini no es tramitarà cap beca o ajut. **Preinscripcions:** 11 de juny (per a usuaris/es del trimestre Primavera'21).

Podeu formalitzar la vostra inscripció (i preinscripció):

On-line
<https://inscripcions.civvicbarceloneta.com>
Pagament amb targeta bancària.

Presencialment:
A la recepció del Centre Cívic de dilluns a divendres de 10 a 14h i de 16 a 20h. Unicament targeta o transferència bancària. No s'accepten pagaments en metàl·lic.

Davant qualsevol dubte o dificultat podeu adreçar-vos a formacio@civvicbarceloneta.com

Inici dels tallers: setmana del 28 de juny al 2 de juliol. **Finalització dels tallers:** del 19 al 23 de juliol.

Preu tallers:
Tallers de 4 sessions d'1h: 17,04€
Tallers de 4 sessions d'1h 15 min: 21,30€
Tallers de 4 sessions d'1h 30 min: 25,56€

Les places són limitades. En cas que el taller no arribi al nombre mínim d'alumnes, el centre oferirà la devolució de l'import corresponent durant els 15 dies posteriors a l'inici del taller o un canvi d'activitat. L'import de la matrícula no es retornarà en cap cas, tret d'excepcions justificades i comunicades durant la primera setmana d'inici de les propostes.

En cas de força major derivada de la crisi sanitària actual, l'activitat s'adaptarà per a que es pugui seguir realitzant, en format virtual o presencial. Aquesta variació no suposarà que el curs es consideri cancel·lat o suspès i, per tant, no donarà dret a la devolució de l'import de la inscripció.

Mesures sanitàries de prevenció:

A causa de la situació excepcional que estem vivint amb motiu de la Covid19, hem adaptat les activitats del centre a la nova situació. Aquesta adaptació, comporta la reducció del nombre d'activitats i del nombre de places en cadascuna d'elles, per tal de garantir les mesures establertes per les autoritats sanitàries.

El centre seguirà els següents protocols sempre d'acord amb la normativa vigent:

- L'aforament i la disposició de sala compliran les distàncies de seguretat requerides.
- L'accés i el desallotjament dels espais es farà de manera esglaonada per garantir que la distància de seguretat es mantingui en tot moment. Adreceu-vos a la recepció del centre com a màxim 5 minuts abans de l'inici del vostre taller.
- Hi haurà un temps de ventilació i higienització de les sales entre classes.
- No hi haurà material d'ús comú o compartit. Cada usuari/a ha de dur el material indicat pel taller.
- Us obligatori de gel hidroalcohòlic en arribar i accedir al Centre Cívic.

- Cal mantenir una distància de seguretat entre persones a tots els espais del centre.
- L'ús de la mascareta és obligatori.
- No és possible la utilització de dutxes ni menjar dins del centre.
- Si penses que pots tenir símptomes de la Covid19 o has estat en contacte amb algú diagnosticat, queda't a casa i informa'ns.

DONA
Tallers gratuïts per a veïnes de La Barceloneta. Consulta'n la programació i el procés d'inscripció a l'apartat corresponent.

JOVES
Si tens entre 17 i 20 anys i tens algun projecte, idea o proposta d'activitat, no dubtis en contactar amb nosaltres! Envia un e-mail a formacio@civvicbarceloneta.com No et tallis!

LLEGENDA

N NOU

SALUT

PILATES

Del 28 de juny al 19 de juliol
Dilluns de 10.30 a 11.30h
Tallerista: Carmen Chito

ESTIRAMENTS I ESQUENA SANA

Del 28 de juny al 19 de juliol
Dilluns d'11.45 a 12.45h
Tallerista: Carmen Chito

MÈTODE FELDENKRAIS

Del 29 de juny al 13 de juliol (3 sessions)
Dimarts de 19.30 a 21h
Tallerista: Laura Illanes
Preu: 19,17€

IOGA A L'AIRE LLIURE

Del 29 de juny al 20 de juliol
Horari A: Dimarts de 10.30 a 12h
Horari B: Dijous de 19.30 a 21h
Tallerista: Germán Svetaz

MOVIMENT SOMÀTIC CREATIU

Del 30 de juny al 21 de juliol
Dimecres de 10.30 a 12h
Tallerista: Azahara Madolell

BODY AWAKENING A L'AIRE LLIURE - EL DESPERTAR DEL COS

Del 9 al 23 de juliol (3 sessions)
Divendres de 10.30 a 11.30h
Tallerista: Anna Katalin Nemeth
Preu: 12,78€

PADDLE SURF

De l'1 al 15 de juliol (3 sessions)
Horari A: Dijous d'10.30 a 12h
Horari B: Divendres de 19 a 2.30h
A càrrec de Moloka'i SUP Center Barceloneta
Preu taller: 23,24€
Preu lloguer material: 45€

BALL, MOVIMENT I DANSA

A RITME DE SALSA

Del 28 de juny al 19 de juliol
Dilluns de 18 a 19.30h
Tallerista: Carlos Pacheco

URBAN STYLE

Del 28 de juny al 19 de juliol
Dilluns de 19.45 a 21h
Tallerista: Carol Sonsol



DANSA POLINÈSIA

Del 28 de juny al 19 de juliol
Dilluns de 19.45 a 21h
De l'1 al 22 de juliol
Dijous de 10.30 a 11.45h
Tallerista: Joss Daza

BALL I FITNESS

Del 29 de juny al 20 de juliol
Dimarts de 18.30 a 19.45h
Tallerista: Leticia Gil

DANSA AFRICANA

Del 29 de juny al 20 de juliol
Dimarts de 19.30 a 21h
Tallerista: Marcel Zamble

VOGUING

Del 30 de juny al 21 de juliol
Dimecres de 19.30 a 21h
Tallerista: Anna Yang

TWERK

De l'1 al 22 de juliol
Dijous de 19.30 a 21h
Tallerista: Karmen Cuellar

AFROBEATS

De l'1 al 22 de juliol
Dimarts de 18 a 19.15h
Tallerista: Marie "La Santa"

DANSA AFRICANA (MATÍ)

Del 2 al 23 de juliol
Divendres de 10.30 a 12h
Tallerista: Chantal Tahou

FLAMENCO

Del 9 al 23 de juliol (3 sessions)
Mig / avançat: Divendres de 18.15 a 19.30h
Inicial: Divendres de 19.45 a 21h
Tallerista: Beatriz del Pozo
Preu: 15,97€

DANSA BUTOH: MIRADES

Del 29 de juny al 20 de juliol
Dimarts de 12.15 a 13.45h
Tallerista: Josephine Grundy

ACCIÓ EN L'EXPRESSION CONTEMPORÀNIA

Del 29 de juny al 20 de juliol
Iniciació: Dimarts de 17 a 18.30h
Avançat: Dimarts de 18.45 a 20.15h
Tallerista: Helena Canas



DANSA CONTEMPORÀNIA I IMPROVISACIÓ

Del 30 de juny al 21 de juliol
Dimecres de 18 a 19.30h
Preu: Gratuït (Més informació a l'apartat de visuals)

DIVERSAT EN DANSA, MOVIMENT I EXPRESSIÓ

Del 30 de juny al 21 de juliol
Dimecres de 17.45 a 19.15h
Tallerista: Emilio Bravo
Preu: Gratuït

DANSA, ARTS PLÀSTIQUES, MÚSICA I LITERATURA

FLYING LOW

Del 7 al 21 de juliol (3 sessions)
Dimecres de 19.30 a 21h
Tallerista: Edward Tamayo
Preu: 19,17€

THE SPACE IN BETWEEN

Del 9 al 23 de juliol (3 sessions)
Divendres 12 a 13.30h
Tallerista: Anna Katalin Nemeth
Preu: 19,17€

WORKSHOP CONTEMPORANI: COS

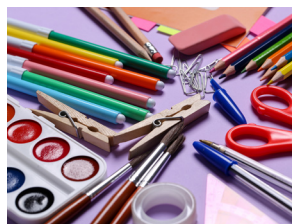
Dimarts 6 i dijous 8 de juliol de 10.30 a 13.30h
Tallerista: Roberta Ruggiero
Preu dia: 15,50€

LA PASSIÓ DE DIBUIXAR A L'AQUAREL·LA

Del 28 de juny al 19 de juliol
Avançat: Dilluns de 19.30 a 21h
De l'1 al 22 de juliol
Iniciació: Dijous de 17 a 18.30h
Tallerista: Paula Leiva
* Consulta el material específic necessari a la nostra web

“SOLO COLLAGE: UN ANY DE SOLITUD”

Del 30 de juny al 21 de juliol
Dimecres de 18 a 19.30h
Preu: Gratuït (Més informació a l'apartat de visuals)



CANT

Del 28 de juny al 19 de juliol
Horari A: Dilluns de 17 a 18.15h
Horari B: Dilluns de 18.30 a 19.45h
Tallerista: Glòria Sirvent

CAJÓN FLAMENCO: RITMES LLATINS I MODERNS

29 de juny i 6 de juliol de 19.30 a 21h
Tallerista: Xavi Garcia
Preu: 12,78€

INICIACIÓ AL HANDPAN

13 i 20 de juliol de 19.30 a 21h
Tallerista: Mar Loi (Kurdeolian Handpan, Las Pibas formació)
Preu: 12,78€

UKELELE PER A PRINCIPANTS

De l'1 al 22 de juliol
Dijous de 19.15 a 20.15h
Tallerista: Graciela Cano



PALMES FLAMENQUES

Del 9 al 23 de juliol (3 sessions)
Divendres de 17 a 18h
Tallerista: Beatriz del Pozo
Preu: 12,78€

ESCRITURA CREATIVA I NARRATIVA DE VIATGES

Del 28 de juny al 19 de juliol
Dilluns de 16.30 a 17.45h
Tallerista: Mireia Broca (L'OBRA-DOR d'històries)

ARTS ESCÈNIQUES, CUINA, INNOVACIÓ I SOSTENIBILITAT

IMPRO-TEATRE

De l'1 al 22 de juliol
Dijous de 18.30 a 20h
Tallerista: Blanca Garcia Lladó



CUINA AMB PEIX DE PROXIMITAT: ARRÓS MARINER (TALLER ONLINE)

Dimarts 6 de juliol de 18.30 a 20.30h
A càrrec de l'Associació CAP A MAR
Preu: 7,31€

DESODORANTS SOSTENIBLES I SALUDABLES

Dilluns 19 de juliol de 18 a 19.30h
A càrrec de Zero Waste BCN
Preu: 6,39€

CUINA AMB PEIX DE PROXIMITAT: CRUIXENT D'ARRÓS (TALLER ONLINE)

Dimarts 13 de juliol de 18.30 a 20.30h
A càrrec de l'Associació CAP A MAR
Preu: 7,31€

Aprèn una recepta innovadora amb arròs i peix fresc de La Barceloneta. Els vostres amics i familiars es quedaran amb la boca oberta!

INTRODUCCIÓ AL ZERO WASTE (RESIDU I MALBARATAMENT ZERO) (TALLER ONLINE)

Dilluns 5 juliol de 18 a 19.30h
Preu: Gratuït

Què és el zero waste? En què consisteix exactament? Per on començar? Com adaptar-la a la nostra realitat? Aquestes i moltes altres preguntes les resoldrem en aquesta xerrada interactiva a càrrec de Zero Waste BCN.

INTRODUCCIÓ A LA COSMÈTICA NATURAL

Dilluns 12 juliol de 18 a 19.30h
A càrrec de Zero Waste BCN
Preu: 6,39€

Un recorregut pels ingredients de la cosmètica natural. Veurem alternatives a productes i utensilis tradicionals que siguin més sostenibles i saludables i aprendrem a fer exfoliants.

* Cal portar un pot petit de vidre amb tapa (o de plàstic, si no en teniu) per endur-se una mostra de l'exfoliant que prepararem.

KUNDALINI IOGA: “MEDITACIÓ COM A MEDICINA”

A càrrec de Leticia Gil
Horari A (online): Del 28 de juny al 19 de juliol (4 sessions). Dilluns de 19.45 a 21h
Horari B (presencial). Del 29 de juny al 20 de juliol (4 sessions). Dimarts de 17 a 18.15h

Un espai on alinear cos, ment, ànima i esperit per aportar equilibri i connectar amb un estat de pau, que ens ajudi a afrontar els desafiaments des de la calma i una ment neutra. La meditació com a medicina canalitza l'energia curativa enfortint el sistema nerviós, digestiu i immunològic.

DANSA ALLIBERADORA (PRESENCIAL)

A càrrec de Miquel Barcelona (dansa contemporània), Rita Noutel (dansa contemporània), José Maldonado (flamenc), i Valeria Vázquez (dansa contemporània).
Del 30 de juny al 21 de juliol (4 sessions). Dimecres de 18.45 a 20h

Desperta el teu cos i perd la por a moure't! Gaudeix de la dansa a través dels més diversos estils i tècniques. Un espai on divertir-te, alliberar tensions i connectar amb el cos lluny d'aprenentatges exigents. Per a totes les edats i condicions físiques!

PARLAR I CRÈIXER (PRESENCIAL)

A càrrec d'Almendra Salazar
De l'1 al 22 de juliol (4 sessions). Dijous de 17 a 18.30h

Us proposem un espai on compartir experiències i recursos interns amb altres dones. Unes trobades on descobrir entre totes, la capacitat d'estimar-nos i conduir-nos cap al benestar personal.

DONA

Tallers gratuïts per a dones de la Barceloneta.

Preinscripcions: 11 de juny (per a usuàries del trimestre primavera 2021).

Inscripcions: del 14 al 22 de juny.

Màxim tres inscripcions per persona.

TALLERS

DANSA CREATIVA (ONLINE)

A càrrec d'Uma Maraval
Del 28 de juny al 19 de juliol (4 sessions). Dilluns de 17 a 18.15h

Un espai on deixar-nos anar i explorar el nostre moviment més autèntic! Escalfar el cos, ampliar la consciència corporal i alliberar tensions d'una forma divertida i creativa per a connectar-nos amb el nostre moviment. Utilitzarem eines de dansa creativa, expressió corporal, improvisació i teràpia Gestalt.