

SALUD Y BIENESTAR

CIVICAN cursos

ABRIL-JUNIO 2021



CÓMO LLEGAR

CIVICAN - Avenida de Pío XII, 2 CP 31008 Pamplona - T 948 222 444

En autobús. Líneas con parada más cercana: 1, 4, 15, 18. Líneas secundarias: 8, 9, 10, 12

En bicicleta. Estacionamiento en el acceso

En coche. Parking público cercano

HORARIOS

Punto de información - De lunes a viernes, de 09:00 a 21:00

Oficina de programación - De lunes a viernes, de 09:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00

Biblioteca (mayores de 12 años) - De lunes a viernes, de 09:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:00.

Biblioteca infantil (de 3 a 12 años) - De lunes a viernes, de 17:00 a 20:00.

INSCRIPCIONES

La inscripción a los cursos y talleres del Programa CIVICAN se realizará mediante adjudicación directa. Las inscripciones se pueden realizar por correo electrónico (informacioncivican@fundacioncajanavarra.es), indicando nombre, apellidos, DNI, teléfono de contacto y curso al que se inscribe, o a través de la Línea Fundación Caja Navarra (948 222 444). El plazo de inscripción se inicia el jueves 11 de marzo (09:00) y hasta completar aforo. Si el curso no alcanza un número mínimo de inscripciones, se aplazará o suspenderá. El importe de la inscripción únicamente se devolverá en caso de suspensión de la actividad. Todos los cursos, salvo que se indique lo contrario, son de nivel iniciación.

SALUD Y BIENESTAR

G.A.P.

Dirigido a público joven y adulto

10 Plazas por grupo

Imparten: Katrin Novillo, monitora
Aula de baile

GRUPO 1

12 abril a 23 junio

Lunes y miércoles, de 14:15 a 15:00

22 Sesiones de 45m [16h 30m]

Inscripción: 113€

GRUPO 2

16 abril a 25 junio

Viernes, de 19:30 a 20:30

11 Sesiones de 1h [11h]

Inscripción: 76€

Mindfulness

Dirigido a público adulto

16 abril a 11 junio

Viernes, de 17:00 a 18:30.

Aula de baile

10 Plazas

Imparte: Georgina Quelart, psicóloga

9 Sesiones de 1h 30m [13h 30m]

Inscripción: 92€

Pilates

Dirigido a público joven y adulto

10 Plazas por grupo

Imparten: Elisa Rubio, monitora

Aula de baile

GRUPO 1

13 abril a 17 junio

Martes y jueves de 09:00 a 10:00

20 Sesiones de 1h [20h]

Inscripción: 146€

GRUPO 2

13 abril a 17 junio

Martes y jueves de 17:30 a 18:30

20 Sesiones de 1h [20h]

Inscripción: 146€

GRUPO 3

12 abril a 16 junio

Lunes y miércoles de 19:30 a 20:30

20 Sesiones de 1h [20h]

Inscripción: 146€

Pilates para mayores

Dirigido a público adulto, mayor de 60 años

10 Plazas

Imparte: Elisa Rubio, monitora

Aula de baile

GRUPO 1

12 abril a 16 junio

Lunes y miércoles, de 09:00 a 10:00

20 Sesiones de 1h [20h]

Inscripción: 146€

GRUPO 2

13 abril a 17 junio

Martes y jueves de 11:00 a 12:00

20 Sesiones de 1h [20h]

Inscripción: 146€

Técnica hipopresiva

Dirigido a público adulto

10 Plazas por grupo

Imparten: Katrin Novillo (1) e Itziar Arrastia (2), trainers

Aula de baile

GRUPO 1

13 de abril al 24 de junio

Martes y jueves de 14:15 a 15:00

22 Sesiones de 45m [16h 30m]

Inscripción: 114€

GRUPO 2

16 abril a 25 junio

Viernes, de 09:00 a 10:00

11 Sesiones de 1h [11h]

Inscripción: 76€

Yoga

Dirigido a público joven y adulto

10 Plazas

Imparten: Ai Tomomatsu (1) y Cristina Zalba (2), monitoras
Aula de Baile

GRUPO 1

16 abril a 25 junio

Viernes, de 11:00 a 12:30

11 Sesiones de 1h 30m [16h 30m]

Inscripción: 100€

GRUPO 2

13 abril a 24 junio

Martes y jueves de 19:30 a 20:30

22 Sesiones de 1h [22h]

Inscripción: 130€

Yoga para mayores

Dirigido a público adulto, mayor de 60 años

12 abril a 23 junio

Lunes y miércoles, de 11:00 a 12:00. Aula de Baile

10 Plazas

Imparte: Cristina Zalba, monitora

22 Sesiones de 1h [22h]

Inscripción: 130€



CIVICAN - Centro cultural de Fundación Caja Navarra

Avenida de Pío XII, 2 CP 31008 Pamplona - T 948 222 444

www.fundacioncajanavarra.es

informacioncivican@fundacioncajanavarra.es

Youtube - Facebook - Twitter