



**A.V. Punto y Seguido**  
**Local Socio Cultural de Los**  
**Melones**  
**Junto Monumento a Las**  
**Nadadoras**  
**C/ Margarita 19**

## LUNES

Flamenco Sport de 09.30 a 10.30  
Clases de Salsa / Bachata de 11.00 a 12.00  
Baile Moderno de Niños.as de 16.00 a 17.00  
Refuerzo Educativo de Primaria de 16:00 a 17:00  
Aprendizaje de la Guitarra, Timple y Bandurria de 17.00 a 18.00 **Iniciados** y de 18.00 a 19.00 **Avanzados**.  
Refuerzo Educativo de La Eso y Bachiller de 17.00 a 18.00  
Taller de Meditación de 18.15 a 19.15  
Aprendizaje de la Sevillanas de 19.00 a 20.00 **Iniciados** y de 20.00 a 22.00 **Avanzados**

## MARTES

Actividad Física Para Adultos de 09.30 a 10.30  
Taichí y Chikung Para Mayores 11.00 a 12.00  
Corte y Confección. Iniciación al Patchwork, Costura Fácil, Reciclaje Prendas de Vestir de 11.15 a 14.00  
Baile Moderno de Niños.as de 16.00 a 18.00  
Refuerzo Educativo de Primaria de 16.00 a 17.00  
Taller de Teatro de 17.00 a 18.30  
Salsa/Bachata/Kizomba Lady de 18.00 a 18.55  
Aerobic de 19.00 a 19.45  
Mantenimiento Físico de 19.45 a 20.30  
Yoga de 20.30 a 22.00

## MIÉRCOLES

Flamenco Sport de 09.30 a 10.30  
Clases de Salsa/Bachata de 11.00 a 12.00  
Refuerzo Educativo de Primaria de 16,00 a 17,00  
Baile Moderno de Niños.as de 16.00 a 19.00  
Refuerzo Educativo de La Eso y Bachiller de 17.00 a 19.00  
Bailes Latinos de 19.00 a 20.30  
Bailes de Salón de 20.30 a 22.30

## Paseo Marítimo de La Garita JUEVES S/N.

35.212 La Garita (Telde)  
Actividad Física Para Adultos 09.30 a 10.30  
Taichí y Chikung Para Mayores 11.00 a 12.00  
Refuerzo Educativo de Primaria de 16.00 a 17.00  
Baile Moderno de Niños.as de 16.00 a 18.00  
Refuerzo Educativo de La Eso y Bachiller de 17.00 a 19.00  
Salsa/Bachata/Kizomba Lady de 18.00 a 18.55  
Zumba de 19.00 a 19.45  
Mantenimiento Físico de 19.45 a 20.30  
Yoga de 20.30 a 22.00

## VIERNES

Kizomba de 11.00 a 12.00  
Refuerzo Educativo de Primaria de 16:00 a 17:00  
Baile Moderno Niños, as de 16.00 a 19.00  
Refuerzo Educativo de La Eso y Bachiller de 17.00 a 19.00  
Yoga Embarazadas de 19.15 a 20.15  
TaiChí Chuan de 20.30 a 21.30

## SÁBADO

Yoga de 09.00 a 10.45  
Rutas de Senderismo Con Turcón  
Actividades Varias  
Actividades Varias

## DOMINGO

Actividades Varias  
Actividades Varias

**INFORMACIÓN:** PARA PARTICIPAR EN LAS ACTIVIDADES Y TALLERES TIENEN QUE REALIZAR LA INSCRIPCIÓN DE SOCIO/A

**NOTA:** Esta Asociación se reserva el Derecho de alterar parcial o totalmente el contenido de este Programa, así como declinar responsabilidades, si por Causas ajenas a nuestra Voluntad fuera necesario, la Suspensión o Cancelación de algunas Actividades o Talleres.