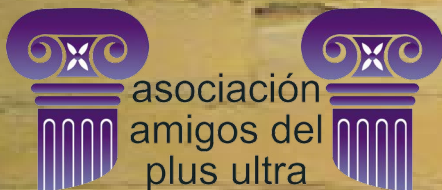
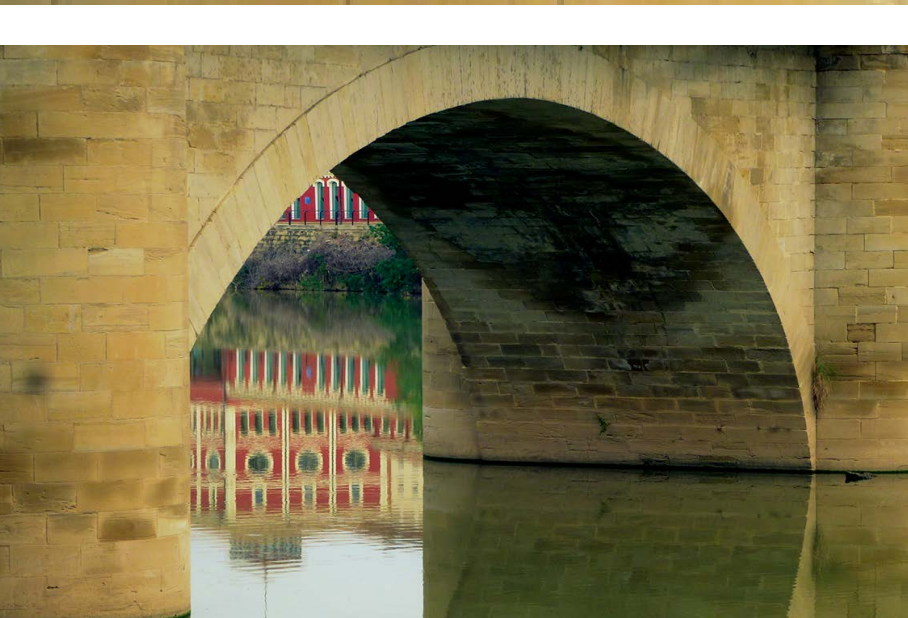


PROGRAMA CURSOS 2017-2018



Índice

Cinco momentos del curso 2016-2017 / 4 y 5

Calendario escolar y de la Asociación Plus Ultra / 6

Normativa para inscripciones / 7

CURSOS. H^a de España, H^a de Logroño y conocer La Rioja / 8

Historia del cine con películas / 8

Tertulia literaria / 8

Tertulia de actualidad / 9

Fotografía / 9

Testamentos y matrimonio / 9

Risoterapia, memoria, teatro, animación a la lectura y mimo / 10

Manipulador de alimentos / 11

Informática / 12 y 13

Cocina / 13 y 14

IDIOMAS. Español, ortografía y correcto uso del lenguaje / 14

Español para extranjeros / 14

Árabe / 14

Francés / 15

Italiano / 16

Inglés / 16 y 17

Ruso / 17

Alemán / 18

BAILES Y DANZAS. Sevillanas / 18 y 19

Diferentes estilos de baile / 19

Bailes de salón / 19 y 20

Zumba / 20

Zumbatu / 20

Danza del vientre y y Bollywood / 21

Kizomba, salsa en línea, lindy hop y bailes medievales / 21

Danzas riojanas / 21

Bailes latinos y rueda cubana / 22

Ritmos caribeños/latinos: salsa, bachata, merengue y chachachá / 22

Claqué, danza jazz, danza del vientre y flamenco / 23

Tango argentino / 23

CRECIMIENTO PERSONAL. Yoga, tai chi y método pilates / 24

Hipopresivos y espalda sana / 24

Estiramientos suaves y relajación / 25

DEPORTES. Gimnasia mantenimiento, GAP,

aerobic y defensa personal / 25

Ajedrez / 26

ARTES Y MANUALIDADES. Dibujo y pintura / 26

Esmaltes al horno y pintura al óleo / 26

Cerámica y torno / 27

Elaboración de Belenes y técnicas plásticas / 27

Tiffanys / 28

Cartón piedra / 28

Talla artesanal de madera / 29

Fieltro húmedo y con aguja / 29

Restauración de muebles / 29

MODA Y COSTURA. Costura / 30

Vainicas / 30

Corte y confección / 30

MÚSICA. Guitarra / 31

Castañuelas / 31

Coral / 31

VIAJES. Viajes para conocer La Rioja / 32

Marcha por los caminos de Santiago / 32

Viajes de los retablos / 33

Paseos por Logroño / 33

Avisos de la Junta Directiva cara al nuevo curso / 34

Profesores cursos 2017-2018 / 35 y 36

Sedes de los cursos / 37 y 38

Ventajas de los socios / 39

Depósito Legal: LR 798-2017



Cinco momentos para recordar el curso 2016-2017: nuestro grupo teatral Las Damas de la Fuente; la audición de guitarras del 23 y nuevamente el 24 de mayo, junto al coro del Plus Ultra; el fin de curso musical del 26 de mayo en el Auditorio de Logroño y el viaje de convivencia a Valladolid del 28 de mayo de 2017.



Fotos: Antonio Egido y Mariel Soto. **Portada:** Mariel Soto.

**CALENDARIO ESCOLAR
CURSO ACADÉMICO 2017-2018**

SEPTIEMBRE 2017						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

OCTUBRE 2017						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

NOVIEMBRE 2017						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DICIEMBRE 2017						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ENERO 2018						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

FEBRERO 2018						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

MARZO 2018						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

ABRIL 2018						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

MAYO 2018						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Calendario escolar 2017-2018

- 12 de octubre, fiesta nacional
- 1 de noviembre, Todos los Santos
- 6 de diciembre, día de la Constitución
- 7 de diciembre, día no lectivo
- 8 de diciembre, Inmaculada Concepción
- 25 de diciembre al 5 enero, vacaciones de Navidad
- 6 de enero, Epifanía del Señor
- 23 de febrero, día de la Comunidad Educativa
- 29 de marzo al 6 de abril, vacaciones Semana Santa
- 1 de mayo, día del Trabajo

Actividades de la Asociación

- 4 de septiembre, inicio de matrícula
- 2 de octubre, comienzo de los cursos
- 22 de diciembre, festival de Navidad
- 8 de febrero, fiesta benéfica del Jueves Lardero
- 25 de mayo, festival fin de curso
- 31 de mayo, fin de los cursos

NORMATIVA PARA INSCRIPCIONES 2017-2018

Todos los socios

1. Abonar 15 euros de la cuota a través de entidad bancaria.
2. Cumplimentar la ficha de inscripción rellenando, obligatoriamente, todos sus datos, de forma legible.

La cuota de socio puede pagarla en:

BANKIA:

IBAN ES 40 2038 7494 80 6000208526

CAJA LABORAL:

IBAN ES 14 3035 0227 43 2270065488

Con el recibo de haber abonado la cuota de socio, debe cumplimentar su inscripción en la Fundación Caja Rioja-Bankia La Merced.

Fechas para matrícula presencial

del 4 al 14 y los días 25, 26, 27 y 28 de septiembre.

Horarios

Lunes, de 18.30 a 20.30 h.
Martes a jueves de 10.30 a 12.30
y de 18.30 a 20.30 h.

También puede bajarse la inscripción de nuestra página web y dejarla rellena, junto al abono de socio, en nuestra sede.

La inscripción queda abierta durante todo el curso si existen plazas.

Cursos 2017-2018

Hª de España, Hª de Logroño y conocer La Rioja

Jesús Martínez Cañas

1	Historia de España	Jueves 18.00 a 19.00	La Merced	60 € curso
2	Historia de Logroño	Jueves 19.00 a 20.00	La Merced	60 € curso
3	Conocer La Rioja 1	Lunes 18.00 a 19.00	Biblioteca de La Rioja	60 € curso
4	Conocer La Rioja 2	Lunes 19.00 a 20.00	Biblioteca de La Rioja	60 € curso
5	Conocer La Rioja 3	Miércoles 10.00 a 11.00	La Merced	60 € curso
6	Conocer La Rioja 4	Miércoles 11.00 a 12.00	La Merced	60 € curso
7	Conocer La Rioja 5	Miércoles 12.00 a 13.00	La Merced	60 € curso

Historia del cine con películas

José Manuel León Meliá

NOVEDAD

8	Historia del cine con películas	Lunes 18.30 a 20.00	La Merced	40 € cuatr.
---	---------------------------------	------------------------	-----------	----------------

8.- Formado académicamente en el Centro de la Enseñanza de la Imagen de Madrid, José Manuel León Meliá ha colaborado para diferentes medios en prensa y radio siendo en la actualidad el crítico de cine de Onda Cero La Rioja y del blog de cine del diario La Rioja. Presentador durante 12 años del Cine-club 1ª Fila de Arnedo, es ponente, presentador de películas y moderador de coloquios sobre el mundo del cine. Además es autor, en formato vídeo, de dos trabajos audiovisuales: "El día del padre", cortometraje de 30 minutos y "Amargo sabor", un largometraje de 78 minutos, ambos para la productora, La Claqueta.

Tertulia literaria

Mª José Jiménez

9	Tertulia literaria	1er y 3er lunes de cada mes 19.00 a 21.00	La Merced	20 € curso
---	--------------------	---	-----------	---------------



Tertulia de actualidad

Antonio Egido

10	Soy tertuliano	Viernes 19.00 a 20.00	La Merced	80 € cuatr.
----	----------------	--------------------------	-----------	----------------

10.- Repaso a la actualidad semanal, con análisis de las portadas de los principales diarios. Una hora para dialogar de lo que cuentan los medios, moderada por el periodista Antonio Egido.

Fotografía

Sarah Ochoa

11	Fotografía iniciación	Lunes 17.00 a 18.30	Escuela de Diseño de La Rioja	100 € curso
12	Fotografía avanzado	Lunes 18.30 a 20.00	Escuela de Diseño de La Rioja	100 € curso

Testamentos y matrimonio

Carmen Mediavilla

NOVEDAD

13	Testamentos, herencias y sucesiones	Martes 19.00 a 20.30. Meses noviembre y diciembre. Mínimo 8 alumnos.	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	50 € curso
14	Matrimonio y sus crisis. Separación y divorcio	Martes 19.00 a 20.30. Meses febrero y marzo. Mínimo 8 alumnos.	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	50 € curso

13.- Estudiaremos las distintas formas de testamentos, aceptación de herencias y sus liquidaciones. 14.- Relación de los requisitos esenciales del matrimonio y sus formas, derechos y deberes de los cónyuges, separación, disolución del matrimonio y efectos de la separación y el divorcio.



Risoterapia, memoria, teatro, animación a la lectura y mimo

María Jesús Sáenz de Miera

15	Risoterapia, humor positivo y expresión corporal	Martes 12.15 a 13.30	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
16	Risoterapia, humor positivo y expresión corporal	Martes 20.00 a 21.15	IES Sagasta	65 € cuatr.
17	Memoria	Lunes 19.00 a 20.00	IES Sagasta	65 € cuatr.
18	Memoria	Martes 11.00 a 12.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
19	Teatro	Lunes y jueves 20.00 a 21.15	IES Sagasta	45 € cuatr.
20	Animación a la lectura y literatura teatral y poética	Viernes 10.30 a 11.30	Plaza de Abastos	75 € cuatr.
21	Animación a la lectura y literatura teatral y poética	Viernes 11.30 a 12.30	Plaza de Abastos	75 € cuatr.
22	Cursillo de mimo e iniciación al payaso	Sábado 12.00 a 13.30. Curso mensual. Mínimo 5 alumnos.	Plaza de Abastos	80 € mes

15 y 16.- Taller que nos permite liberar la tensión del cuerpo, las emociones no expresadas y los patrones mentales que nos limitan, al tiempo de potenciar la autoestima, resolución de conflictos, desdramatizar situaciones por medio del humor y el amor, desde la creatividad y el encuentro. **17 y 18.-** Estimulación cognitiva y activación mental, en clases eminentemente prácticas. **19.-** Taller de teatro con técnicas de desinhibición, actorales y puesta en escena, con representaciones ante el público a lo largo del curso. **20 y 21.-** Taller para fomentar la afición a la lectura a los adultos, con el fin de que puedan realizar sus propios escritos, potenciando la creatividad. **22.-** Aprenda, diviértase, ría, crezca, conózcase, goce, disfrute la extraordinaria experiencia de descubrir el payaso o la payasa que lleva dentro y fomente su imaginación.

Manipulador de alimentos

Alfonso Lacuesta

NOVEDAD

23	Manipulador de alimentos	Octubre, días 2 y 3 de 9.30 a 13.30, 8 horas en total	Plaza de Abastos	36 € curso
24	Manipulador de alimentos	Octubre, días 2 y 3 de 16.30 a 20.30, 8 horas en total	IES Sagasta	36 € curso
25	Manipulador de alimentos	Noviembre, días 6 y 7 de 9.30 a 13.30, 8 horas en total	Plaza de Abastos	36 € curso
26	Manipulador de alimentos	Noviembre, días 6 y 7 de 16.30 a 20.30, 8 horas en total	IES Sagasta	36 € curso
27	Manipulador de alimentos	Diciembre, días 4 y 5 de 9.30 a 13.30, 8 horas en total	Plaza de Abastos	36 € curso
28	Manipulador de alimentos	Diciembre, días 4 y 5 de 16.30 a 20.30, 8 horas en total	IES Sagasta	36 € curso

23 al 28.- Curso que capacita a los trabajadores que manipulan alimentos en hábitos y prácticas adecuadas de higiene o a los futuros trabajadores de estos sectores, consiguiendo el Certificado correspondiente a la formación.

Estos cursos de manipulador de alimentos seguirán realizándose desde enero a mayo de 2018, en horarios de mañana y tarde, los primeros lunes y martes de cada mes.

29	Informática inicial I	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, octubre	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
30	Informática inicial I	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, octubre	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
31	Informática inicial II	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, noviembre	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
32	Informática inicial II	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, noviembre	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
33	Informática inicial I	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, diciembre	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
34	Informática inicial I	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, diciembre	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
35	Informática inicial II	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, enero	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
36	Informática inicial II	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, enero	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
37	Iniciación al Photoshop	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, febrero	Centro Cultural Ibercaja	30 € curso
38	Iniciación al Photoshop	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, febrero	Centro Cultural Ibercaja	30 € curso

39	Informática inicial I	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, marzo	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
40	Informática inicial I	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, marzo	Centro Cultural Ibercaja	20 € curso
41	Iniciación al Photoshop	Lunes y jueves 11.30 a 12.30, mayo	Centro Cultural Ibercaja	30 € curso
42	Iniciación al Photoshop	Lunes y jueves 17.00 a 18.00, mayo	Centro Cultural Ibercaja	30 € curso

29, 30, 33, 34, 39 y 40.- En Informática inicial I introducimos a las personas que parten de 0 en el mundo de Internet, acercándoles las diferentes herramientas de las que disponen y enseñándoles a trabajar con el Word. 31, 32, 35 y 36.- Para los que tienen nociones básicas de Internet, en Informática II, les ayudamos a manejar los buscadores y a navegar por diferentes páginas web, cerrando curso con consejos prácticos sobre el correo electrónico. 37, 38, 41 y 42.- En el curso de Photoshop para iniciados, les enseñamos las principales herramientas de este programa y por ello el tratamiento de las imágenes.

Cocina de temporada y creativa

Regina Fernández Román

NOVEDAD

43	Cocina de temporada y creativa	Martes 17.30 a 20.00	CM Julio Luis Fernández Sevilla	100 € cuatr.
----	--------------------------------------	-------------------------	---------------------------------------	-----------------

¿Sé cocinar?, ¿me gusta cocinar?

Carolina Nicolás Martínez

NOVEDAD

44	¿Sé cocinar?, ¿me gusta cocinar?	Jueves 11.00 a 13.00 y 17.00 a 19.00 alternativamente	CM Julio Luis Fernández Sevilla	120 € cuatr.
----	-------------------------------------	--	---------------------------------------	-----------------

44.- No se haga más estas preguntas, la respuesta es Sí y en este curso le ayudaremos a comprobarlo. Le enseñaremos cómo organizarse y seguir paso a paso las recetas para que cocinar se convierta en un placer para usted y sus invitados. Elaboraremos una variada selección de recetas pasando por las diferentes estaciones del año y las fiestas familiares a lo que acompañaremos con una buena decoración de nuestras mesas.

Cocina internacional

Svetlana Sergejevna Suranova

NOVEDAD

45	Cocina básica: sopas, guisos y postres	Miércoles 17.30 a 20.00	CM Julio Luis Fernández Sevilla	100 € cuatr.
-----------	--	-------------------------	---------------------------------	--------------

IDIOMAS

Español, ortografía y correcto uso del lenguaje

M^a del Carmen Bericochea

46	Ortografía y lenguaje	Miércoles y viernes 11.00 a 12.30	La Merced	25 € curso
-----------	-----------------------	-----------------------------------	-----------	------------

46.- Enseñanza de las distintas reglas ortográficas. Tablas de vocabulario, significado y correspondientes dictados. Iniciación a la gramática básica de la lengua española.

Español para extranjeros

Diego González Menchaca

NOVEDAD

47	Español para extranjeros	Martes y jueves 20.00 a 21.00	La Merced	85 € cuatr.
-----------	--------------------------	-------------------------------	-----------	-------------

47.- Con un método muy participativo y personalizado, los estudiantes y residentes extranjeros conseguirán resolver dudas sobre los puntos gramaticales complejos y aumentar su vocabulario, fluidez y confianza a la hora de expresarse en su vida diaria. Además, el profesor aporta sus amplios conocimientos de otros idiomas y su experiencia en diferentes países: China, Brasil, Irlanda y Reino Unido.

Árabe

Fares Khader

48	Árabe nivel 0	Lunes y miércoles 17.30 a 18.30	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	100 € cuatr.
49	Árabe nivel 1	Lunes y miércoles 18.30 a 19.30	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	100 € cuatr.

48.- Para personas sin conocimientos previos de árabe. **49.-** Para personas que estén introducidas en la lengua y escritura árabe.

Francés

Rosa García Ripoll

50	Francés elemental	Martes y jueves 17.30 a 18.30	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	110 € cuatr.
51	Francés intermedio/intermedio +	Martes y jueves 18.30 a 19.30	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	110 € cuatr.
52	Francés conversación	Martes y jueves 19.30 a 20.30	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	110 € cuatr.

50.- Se seguirá una gramática progresiva (nivel A1-A2) que nos dé la base sobre la que trabajar las cuatro competencias: comprensión y expresión oral y escrita en situaciones de la vida cotidiana. **51.-** Se retomarán y se profundizarán ciertos aspectos gramaticales según las necesidades del grupo y se trabajarán textos tanto escritos como orales de actualidad. **52.-** Este grupo está pensado para l@s que no quieren dar gramática (o muy poca) y desean utilizar el idioma para mantener y mejorar su nivel.

En todos los grupos se da prioridad a la expresión oral y en clase utilizaremos preferentemente la lengua francesa para comunicarnos.

Francés

Leonora Asenjo Riquelme

53	Francés iniciación	Viernes 10.00 a 11.30	Biblioteca de La Rioja	80 € cuatr.
54	Francés intermedio	Viernes 12.00 a 13.30	Biblioteca de La Rioja	80 € cuatr.
55	Francés iniciación	Viernes 16.30 a 18.00	Biblioteca de La Rioja	80 € cuatr.
56	Francés intermedio	Viernes 18.15 a 19.45	Biblioteca de La Rioja	80 € cuatr.

53 y 55.- Curso de introducción en la lengua francesa. **54 y 56.-** Seguimos avanzando con más vocabulario, más conversación, más gramática...

Italiano

Luciana Schiavarelli - Centro italiano

NOVEDAD

57	Italiano principiantes	Martes 10.30 a 12.00	Centro italiano	85 € cuatr.
58	Italiano principiantes	Martes 17.30 a 19.00	Centro italiano	85 € cuatr.
59	Italiano conversación	Miércoles 18.00 a 19.30	Centro italiano	85 € cuatr.
60	Italiano conversación	Jueves 19.30 a 21.00	Centro italiano	85 € cuatr.

Para otros niveles, llamar al teléfono 658 183 611.

Inglés

M^a del Pilar Muñoz Lopera

61	Inglés conversación	Lunes y miércoles 18.00 a 19.00	Escuela de Diseño de La Rioja	85 € cuatr.
62	Inglés elemental	Lunes y miércoles 19.00 a 20.00	Escuela de Diseño de La Rioja	85 € cuatr.
63	Inglés nivel 0 +	Martes y jueves 10.00 a 11.00	La Merced	85 € cuatr.
64	Inglés elemental	Martes y jueves 11.00 a 12.00	La Merced	85 € cuatr.
65	Inglés nivel 0	Martes y jueves 12.00 a 13.00	La Merced	85 € cuatr.

61.- Se desarrollarán charlas previamente preparadas. 62 y 64.- Curso diseñado especialmente para alumnos con conocimientos medios de inglés. 63.- Para alumnos con conocimientos mínimos de inglés. 65.- Para los que quieran iniciarse en el idioma y por ello ideal para los alumnos que no tienen ningún conocimiento de inglés.

En todos los cursos, conversación.

Inglés

Diego González Menchaca

NOVEDAD

66	Inglés y cultura de UK e Irlanda	Martes 11.00 a 12.30	CM Julio Luis Fernández Sevilla	85 € cuatr.
67	Inglés para viajar	Jueves 11.00 a 12.30	CM Julio Luis Fernández Sevilla	85 € cuatr.
68	Inglés intermedio	Martes y jueves 18.00 a 19.00	La Merced	85 € cuatr.
69	Inglés pre-intermedio	Martes y jueves 19.00 a 20.00	La Merced	85 € cuatr.

66.- Los estudiantes descubrirán de una manera divertida y participativa muchos detalles curiosos o desconocidos de estos fascinantes países, al tiempo de perfeccionar su uso del inglés, descubriendo ciudades y pueblos, artistas, acontecimientos históricos y contemporáneos, tradiciones, parajes naturales y la oferta de cultura y ocio. Ideal para preparar un interesante viaje a las islas y mejorar las habilidades comunicativas. 67.- Los estudiantes lograrán afianzar el uso oral del inglés en numerosas situaciones que se presentan en sus viajes. Transporte, alojamiento, comidas, actividades culturales y de ocio, urgencias, llamadas telefónicas, petición de información, conversaciones con gente local, etc. Se ampliará con nociones culturales e idiomáticas para las visitas a países anglosajones.

Ruso

Svetlana Sergejevna Suranova

70	Ruso, niveles I, II y III	Martes y jueves 19.00 a 20.00	Escuela de Diseño de La Rioja	85 € cuatr.
----	---------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------

70.- Curso para conocer y aplicar los fundamentos de este idioma.

Alemán
Marta Giménez Izuel

NOVEDAD

71	Alemán iniciación	Lunes y miércoles 17.00 a 18.00	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	90 € cuatr.
72	Alemán básico en un nivel 2	Lunes y miércoles 18.00 a 19.00	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	90 € cuatr.
73	Alemán conversación	Viernes 11.30 a 13.00	Duquesa de la Victoria 13, 1º C	90 € cuatr.

71.- Iniciación al idioma como medio de comunicación y conocimiento de la sociedad y cultural de los países de lengua alemana. 72.- Ampliación de conocimientos adquiridos y profundización en los temas, partiendo de conocimientos básicos y situándonos en un nivel intermedio. 73.- Partiendo de conocimientos básicos y situándonos en un nivel intermedio (B1), seguiremos avanzando, conversando sobre todo tipo de temas generales o de actualidad.

BAILES Y DANZAS

Sevillanas
Mª Pilar Moreno Valenzuela - Mª Asunción Gómez Arrese

74	Sevillanas perfeccionamiento mañana	Miércoles 11.00 a 12.00	Plaza de Abastos	40 € cuatr.
75	Sevillanas iniciación tarde	Martes 17.45 a 18.45	IES Sagasta	40 € cuatr.
76	Sevillanas perfeccionamiento tarde	Martes 18.45 a 19.45	IES Sagasta	40 € cuatr.

Sevillanas
Mª Dolores Vicente

77	Sevillanas iniciación	Lunes 10.30 a 11.30	Plaza de Abastos	45 € cuatr.
78	Sevillanas iniciación	Martes 18.00 a 19.00	Hogar Personas Mayores Lobete	45 € cuatr.
79	Sevillanas perfeccionamiento	Miércoles 10.30 a 11.30	Plaza de Abastos	45 € cuatr.
80	Sevillanas perfeccionamiento	Viernes 18.00 a 19.00	Hogar Personas Mayores Lobete	45 € cuatr.
81	Sevillanas avanzado	Viernes 19.00 a 20.00	Hogar Personas Mayores Lobete	45 € cuatr.

77 y 78.- Cursos para los nuevos socios que deseen aprender sevillanas. 79 y 80.- Los que se iniciaron en Sevillanas el curso pasado, pasan a éste de perfeccionamiento. 81.- Curso para los socios que estuvieron el año pasado en perfeccionamiento.

Diferentes estilos de bailes
María Ortiz - María Pilar Cenzano

NOVEDAD

82	Diferentes estilos de bailes	Viernes 20.30 a 22.00	Salvatorianos	65 € cuatr.
83	Diferentes estilos de bailes	Sábados 19.00 a 20.30	Salvatorianos	65 € cuatr.

Bailes de salón
María Ortiz

NOVEDAD

84	Bailes de salón	Lunes 20.30 a 22.00	Salvatorianos	65 € cuatr.
----	-----------------	------------------------	---------------	----------------

Bailes de salón

M^a Asunción Gómez Arrese

85	Iniciación	Lunes y miércoles 18.00 a 19.00	IES Sagasta	70 € cuatr.
86	Avanzado	Lunes y miércoles 19.00 a 20.00	IES Sagasta	70 € cuatr.
87	Iniciación	Lunes y miércoles 20.00 a 21.00	IES Sagasta	70 € cuatr.

Zumba

Paloma Nogales

88	Zumba	Martes y jueves 21.00 a 22.00	Iron-Gym	100 € cuatr.
-----------	-------	----------------------------------	----------	-----------------

88.- Ejercicio cardiovascular intenso.

Zumbatu

Berny Angulo

89	Zumbatu	Lunes y miércoles 18.00 a 19.00	Plaza de Abastos	70 € cuatr.
90	Zumbatu	Lunes y miércoles 19.00 a 20.00	Plaza de Abastos	70 € cuatr.
91	Zumbatu	Martes y jueves 10.00 a 11.00	Plaza de Abastos	70 € cuatr.
92	Zumbatu	Martes y jueves 18.45 a 19.45	IES Sagasta	70 € cuatr.

89 a 92.- Una divertida forma de practicar deporte bailando, a la par que un más que recomendable ejercicio para la mente.

Danza del vientre y Bollywood

Estudio de Danzas Orientales Algazara

NOVEDAD

93	Danza del vientre iniciación	Lunes 11.00 a 12.30	EDO Algazara	85 € cuatr.
94	Danza del vientre iniciación	Martes 18.00 a 19.30	EDO Algazara	85 € cuatr.
95	Danza del vientre perfeccionamiento	Miércoles 11.00 a 12.30	EDO Algazara	85 € cuatr.
96	Danza del vientre perfeccionamiento	Jueves 18.00 a 19.30	EDO Algazara	85 € cuatr.
97	Bollywood iniciación	Martes 11.00 a 12.30	EDO Algazara	85 € cuatr.
98	Bollywood perfeccionamiento	Miércoles 19.30 a 21.00	EDO Algazara	85 € cuatr.
99	Bollywood perfeccionamiento	Jueves 11.00 a 12.30	EDO Algazara	85 € cuatr.
100	Bollywood iniciación	Viernes 19.00 a 20.30	EDO Algazara	85 € cuatr.

Kizomba, salsa en línea, lindy hop y bailes medievales

Rocío Moreno

NOVEDAD

101	Kizomba, salsa en línea e iniciación al lindy hop	Lunes 19.00 a 20.30. No hace falta pareja.	Hogar Personas Mayores Lobete	65 € cuatr.
102	Bailes medievales	Miércoles 19.30 a 20.30. No hace falta pareja.	Hogar Personas Mayores Lobete	Gratis

Danzas riojanas

María Luisa Visa - José Luis García

103	Danzas riojanas	Viernes 18.00 a 19.30	Plaza de Abastos	25 € curso
------------	-----------------	--------------------------	---------------------	---------------

Bailes latinos y rueda cubana

María Pilar Cenzano

104	Bailes latinos, rueda cubana, semi iniciación	Lunes y miércoles 19.00 a 20.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
105	Bailes latinos, rueda cubana, medio avanzado	Martes y jueves 18.00 a 19.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
106	Bailes latinos, rueda cubana, avanzado	Martes y jueves 19.00 a 20.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.

Ritmos caribeños/latinos: salsa, bachata, merengue y chachachá

Carlos Quintero

107	Bailes caribeños/latinos, avanzado perfeccionamiento	Lunes y miércoles 18.00 a 19.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
108	Bailes caribeños/latinos, iniciación	Lunes 19.45 a 21.15	IES Sagasta	65 € cuatr.
109	Bailes caribeños/latinos, medio	Martes y jueves 17.00 a 18.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
110	Bailes caribeños/latinos, medio a avanzado	Martes y jueves 18.00 a 19.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
111	Bailes caribeños/latinos, iniciación	Martes y jueves 19.00 a 20.00	Plaza de Abastos	65 € cuatr.
112	Bailes caribeños/latinos, medio	Miércoles 19.45 a 21.15	IES Sagasta	65 € cuatr.

107 a 112.- En todos los cursos, se bailan salsa, bachata, merengue y chachachá, incluida rueda.

Claqué, danza jazz, danza del vientre y flamenco

Conchi Mateo

NOVEDAD

113	Claqué	Miércoles 9.30 a 10.30	Estudio Conchi Mateo	80 € cuatr.
114	Danza jazz	Miércoles 10.30 a 11.30	Estudio Conchi Mateo	80 € cuatr.
115	Danza del vientre	Viernes 10.30 a 11.30	Estudio Conchi Mateo	80 € cuatr.
116	Flamenco	Viernes 10.30 a 11.30	Estudio Conchi Mateo	80 € cuatr.

113.- En claqué se pone énfasis en el juego de los pies y la expresión del ritmo a través del sonido. **114.-** Físicamente rigurosa, creativa, combinando viejos pasos y creando nuevos. **115.-** Baile sensual y sugerente basado en movimientos secos y ondulados. **116.-** Patrimonio de la Humanidad, se guía por el sentimiento y la interpretación del bailarín.

Tango argentino

Francisco Vázquez

117	Tango iniciación	Jueves 19.45 a 21.15. Solo parejas, independiente del sexo.	IES Sagasta	80 € cuatr.
------------	------------------	---	-------------	----------------

CRECIMIENTO PERSONAL

Yoga, tai chi y método pilates
Mercedes Ruiz - Julio Hernáez

118	Yoga 1	Lunes y miércoles 9.00 a 10.00	Club Karate Kan	100 € cuatr.
119	Yoga 2	Lunes y miércoles 10.00 a 11.00	Club Karate Kan	100 € cuatr.
120	Yoga 3	Lunes y miércoles 17.00 a 18.00	Club Karate Kan	100 € cuatr.
121	Yoga 4	Martes y jueves 17.00 a 18.00	Club Karate Kan	100 € cuatr.
122	Tai chi	Lunes y miércoles 11.30 a 12.30	Club Karate Kan	100 € cuatr.
123	Método pilates	Martes y jueves 8.30 a 11.30	Club Karate Kan	100 € cuatr.

118 a 121.- Conjunto de técnicas de origen hindú basadas en la movilidad absoluta. Fortalecen, aumentan la resistencia y flexibilidad. Mejoran la circulación de la sangre y la salud. Aumentan la energía. **122.-** Arte marcial milenario con el que se reduce el estrés y la ansiedad. Se practica de pie. Aporta energía. **123.-** Gimnasia correctiva y una disciplina respiratoria que alinea el cuerpo, lo estira y lo tonifica.

Pilates, hipopresivos, yoga y espalda sana
Paloma Nogales

124	Pilates + hipopresivos	Martes y jueves 9.30 a 10.30	Iron-Gym	100 € cuatr.
125	Yoga	Martes y jueves 10.30 a 11.30	Iron-Gym	100 € cuatr.
126	Espalda sana	Lunes y miércoles 21.15 a 22.00	Iron-Gym	100 € cuatr.
127	Espalda sana	Martes y jueves 19.00 a 20.00	Iron-Gym	100 € cuatr.

124, 126 y 127.- Gimnasia correctiva.

Estiramientos suaves y relajación
Blanca Martínez Ezquerro

NOVEDAD

128	Estiramientos suaves y relajación	Lunes 18.00 a 19.00. Enero, febrero y marzo.	Plaza de Abastos	35 € curso
129	Estiramientos suaves y relajación	Lunes 19.00 a 20.00. Enero, febrero y marzo.	Plaza de Abastos	35 € curso

128 y 129.- Sencillas y suaves series de estiramientos, aptas para personas con movilidad reducida. Conocimiento de diversas técnicas de relajación.
Curso de tres meses: enero, febrero y marzo de 2018.

DEPORTES

Gimnasia mantenimiento, GAP, aerobio y defensa personal
Mercedes Ruiz - Julio Hernáez

130	Gimnasia de mantenimiento	Lunes y miércoles 10.45 a 11.30	Club Karate Kan	100 € cuatr.
131	GAP (glúteos, abdominales y piernas)	Martes y jueves 11.40 a 12.30	Club Karate Kan	100 € cuatr.
132	Aerobio	Martes y jueves 18.00 a 18.50	Club Karate Kan	100 € cuatr.
133	Defensa personal, iniciación	Lunes y miércoles 20.30 a 21.20	Club Karate Kan	100 € cuatr.

130.- Preventiva de hipertensión y diabetes, mejora las articulaciones. **131.-** Elimina las grasas de zonas conflictivas, al tiempo de tener gran valor estético. **132.-** Ideal para reducir la grasa corporal y mejorar la función cardiovascular. Disminuye adrenalina.

Ajedrez
Miguel Blázquez Gómez

NOVEDAD

134	Ajedrez	Martes y jueves 10.00 a 11.30	Hogar Personas Mayores Lobete	120 € cuatr.
------------	---------	----------------------------------	--	-----------------

134.- Curso que tiene como objetivo conseguir que a través del atractivo juego del ajedrez, las personas mayores puedan ejercer una actividad mental, intelectual y sociocultural divertida. Impartido por un profesional que ha sido campeón de La Rioja Absoluto 1991-1992 y 2001-2002, además de tener acumulados diferentes subcampeonatos, campeonatos juveniles o por equipos, tras participar en diferentes campeonatos de España. Es monitor superior y regional de la Federación Española de Ajedrez y de la Federación Riojana de Ajedrez, ejerciendo la labor de árbitro en activo desde 1992.

ARTES Y MANUALIDADES

Dibujo y pintura
Carmen Hernáez

135	Dibujo y pintura	Jueves 18.00 a 20.00	Escuela de Cerámica	90 € trim.
------------	------------------	-------------------------	------------------------	---------------

Esmaltes al horno y pintura al óleo
María Peña Armas

136	Esmaltes al horno	Jueves 11.00 a 13.00	Escuela de Cerámica	105 € cuatr.
137	Pintura al óleo	Lunes 11.00 a 13.00	Escuela de Cerámica	105 € cuatr.

136.- Aprenda a pintar esmaltes usando sus propias imágenes, cuadros o dibujos, con polvo de vidrio de colores para fundir sobre planchas de cobre. **137.-** Pinte al óleo sobre lienzo o pequeños objetos.

Cerámica y torno
María Jesús Blanco - María Josefina Mediano

138	Introducción a la cerámica y torno	Martes 18.00 a 20.00	Escuela de Cerámica	140 € cuatr., incluido material, menos el barro
139	Introducción a la cerámica y torno	Miércoles 11.00 a 13.00	Escuela de Cerámica	140 € cuatr., incluido material, menos el barro
140	Introducción a la cerámica y torno	Miércoles 19.00 a 21.00	Escuela de Cerámica	140 € cuatr., incluido material, menos el barro

Elaboración de Belenes y técnicas plásticas
Guillermo García Ruiz

NOVEDAD

141	Belenes con todo tipo de materiales hasta Navidad	Jueves 11.00 a 13.00 y 17.00 a 19.00 alternativamente, desde octubre a diciembre	Plaza de Abastos	80 € cuatr., material a cargo del alumno
142	Técnicas plásticas	Jueves 11.00 a 13.00 y 17.00 a 19.00 alternativamente, desde enero 2018 a fin de curso	Plaza de Abastos	80 € cuatr., material a cargo del alumno

141.- En este curso, de octubre a diciembre, podrán realizar una amplia variedad de nacimientos, tanto en tipos como en materiales: napolitano, de escayola o marmolina policromada, así como pequeñas escenas dentro de cajas, botijos o tejas. **142.-** A partir de enero de 2018 manualidades, decoración de cajas, marcos, figuras de marmolina, decoración con pan de oro, lámparas de pie o mesa, revisteros, renovación o restauración de elementos de decoración que ya tengan (figuras, botijos, braseros...).

Tiffanys

María Teresa Hernaiz

143	Tiffanys	Martes 16.45 a 18.45	Escuela de Cerámica	110 € cuatr.
144	Tiffanys	Martes 19.00 a 21.00	Escuela de Cerámica	110 € cuatr.
145	Tiffanys	Miércoles 16.45 a 18.45	Escuela de Cerámica	110 € cuatr.
146	Tiffanys	Jueves 16.45 a 18.45	Escuela de Cerámica	110 € cuatr.
147	Tiffanys	Jueves 19.00 a 21.00	Escuela de Cerámica	110 € cuatr.

Cartón piedra

Rafael Fernández

148	Cartón piedra	Lunes y viernes 18.00 a 20.00	Escuela de Cerámica	120 € cuatr. Materiales de inicio que deben llevar los alumnos: arcilla (pastilla de 12 kilos, para todo el curso), palillos de modelar, espátula de plástico, tabla melanina 40 x 40 y 4 tablas de melanina de 40 x 6 x 1,5 cm.
------------	------------------	-------------------------------------	------------------------	--

148.- En el curso se realizará un modelo creado por el propio alumno, modelado en arcilla, su molde o negativo en escayola y su posterior reproducción en cartón piedra mediante la técnica de taqueado.

Talla artesanal de madera

José M^a Salvo Alzuet

149	Talla artesanal de madera, iniciación	Jueves 10.30 a 12.30. Máximo 6 alumnos.	Taller en Padre Marín 21, bajo	155 € cuatr. material incluido
150	Talla artesanal de madera, iniciación	Jueves 17.30 a 19.30. Máximo 6 alumnos.	Taller en Padre Marín 21, bajo	155 € cuatr. material incluido

Fieltro húmedo y con aguja

María Fernández Díez

NOVEDAD

151	Fieltro húmedo	Lunes 17.00 a 19.00	Escuela de Cerámica	160 € curso
152	Fieltro con aguja	Lunes 19.00 a 21.00	Escuela de Cerámica	120 € curso
153	Fieltro húmedo	Lunes 10.00 a 12.00, curso mensual	Escuela de Cerámica	45 € curso
154	Fieltro con aguja	Lunes 12.00 a 14.00, curso mensual	Escuela de Cerámica	40 € curso

151- El fieltro es un tejido no tejido. Se elabora a partir de la fibra del animal, oveja, alpaca... con agua y jabón se elabora el tejido conglomerando las fibras de lana merina. Hoy en día se considera una expresión artística del textil. **152.-** El fieltro con aguja es la alternativa al fieltro húmedo. Elaboraremos fieltro con aguja a mano. Haremos aplicaciones sobre textil, bisutería, hadas waldorf... **153 y 154.-** Cursos exprés con duración de un mes.

Restauración de muebles

Erika León Rosales

NOVEDAD

155	Restauración de muebles	Jueves 9.30 a 11.30	Escuela de Cerámica	100 € cuatr.
156	Restauración de muebles	Jueves 18.00 a 20.00	Escuela de Cerámica	100 € cuatr.

MODA Y COSTURA

Costura
Marisa Matute

157	Costura 1º	Lunes y miércoles 17.00 a 19.00	IES Sagasta	100 € cuatr.
158	Costura 2º	Lunes y miércoles 19.00 a 21.00	IES Sagasta	100 € cuatr.
159	Costura 3º	Martes y jueves 17.00 a 19.00	IES Sagasta	100 € cuatr.
160	Costura 4º	Martes y jueves 19.00 a 21.00	IES Sagasta	100 € cuatr.

Vainicas
Rosario Menchaca

161	Vainicas	2 miércoles al mes 17.00 a 20.00	Plaza de Abastos	25 € curso
------------	----------	--	---------------------	---------------

Corte y confección
Mª del Carmen Bericochea - Concepción Ruiz

162	Corte y confección	Viernes 17.00 a 19.30	Plaza de Abastos	35 € curso
------------	--------------------	--------------------------	---------------------	---------------

162.- Enseñanza elemental de corte y confección en papel y tela. Elaboración de patrones para confeccionar distintas prendas de ropa, partiendo del nivel más bajo de conocimiento de esta actividad.

MÚSICA

Guitarra
Benjamín Sadornil

163	Iniciación, nivel 0	Miércoles 16.00 a 17.00	IES Sagasta	40 € cuatr.
164	Nivel 1	Miércoles 17.00 a 18.00	IES Sagasta	40 € cuatr.
165	Nivel 2	Miércoles 18.00 a 19.00	IES Sagasta	40 € cuatr.
166	Nivel 3	Miércoles 19.00 a 20.00	IES Sagasta	40 € cuatr.
167	Nivel 4	Miércoles 20.00 a 21.00	IES Sagasta	40 € cuatr.

Castañuelas
María Jesús Sáenz de Miera

168	Castañuelas inicial	Lunes 18.00 a 19.00	IES Sagasta	25 € curso
------------	---------------------	------------------------	----------------	---------------

Coral
Nerea Elorriaga

169	Coral	Lunes y miércoles 19.30 a 21.00	Parroquia Valvanera	25 € curso
------------	-------	------------------------------------	------------------------	---------------

VIAJES

Viajes nacionales e internacionales

170	Viajes	La Junta Directiva informará a través de la web, boletín digital y Facebook de los viajes nacionales e internacionales programados
-----	--------	--

Viajes para conocer La Rioja

Jesús Martínez Cañas

171	Viajes para conocer La Rioja	Todos los meses, de octubre a junio, realizaremos un circuito en autobús por una zona de La Rioja
-----	------------------------------	---

Marcha por los caminos de Santiago

Jesús Martínez Cañas

172	Viajes: andando los caminos de Santiago	El primer sábado de mes, de octubre a junio, marcha a pie para conocer los caminos de Santiago en nuestra Comunidad y el entorno de La Rioja
-----	---	--

Viajes de los retablos

173	CHARLAS con DIAPOSITIVAS todos los martes 10.30 a 11.30 en sala Caja Rioja La Merced. Viajes por España y extranjero. “Fines” por España. Excursiones... VIAJANDO DESDE MI BUTACA: 1 lunes al mes 18.00 a 19.00 en Gran Vía 2. Cuota anual 25 € en Caja Rioja Bankia cuenta ES 84 2038 7491 41 6000012982
-----	---

Viajes de los retablos

174	CHARLAS con DIAPOSITIVAS todos los martes 11.30 a 12.30 en sala Caja Rioja La Merced. Viajes por España y extranjero. “Fines” por España. Excursiones... VIAJANDO DESDE MI BUTACA: 1 lunes al mes 18.00 a 19.00 en Gran Vía 2. Cuota anual 25 € en Caja Rioja Bankia cuenta ES 84 2038 7491 41 6000012982
-----	---

Paseos por Logroño

Federico Soldevilla

175	Paseos por la ciudad de Logroño, último viernes de cada mes. Gratuitos.	La Junta Directiva informará a través de la web, boletín digital y Facebook de los “Paseos con Fede” que cada mes ofrecerá gratuitamente este divulgador de la cultura riojana.
-----	--	---

Avisos de la Junta Directiva cara al nuevo curso

La Junta Directiva podrá anular alguno de los cursos ofertados si no cuentan con un número suficiente de alumnos.

Asimismo se reserva el derecho de modificar al profesor que imparte cada curso.

Es obligación del alumno informar si definitivamente decide no empezar el curso.

El abono de las clases deberá realizarse en los 10 días siguientes del inicio del mes, trimestre, cuatrimestre o curso, según la cuota del programa, entregando al profesor el abono realizado en las mismas cuentas bancarias donde se ha hecho el ingreso de las cuotas de inscripción.

SOLO SE DEVOLVERÁ LA CUOTA DE SOCIO SI LA ACTIVIDAD, FINALMENTE, NO ES IMPARTIDA.

Junta Directiva de la Asociación

Elvira Mendoza - Presidenta

Pilar Muñoz - Secretaria

Carmen Mediavilla - Tesorera

Berny Angulo - Coordinadora de Cursos

Gloria Burgaleta - Coordinadora con las Instituciones

Profesores cursos 2017-2018

Alfonso Lacuesta / **11**

Antonio Egido / **9, 12 y 13**

Asociación Riojana de Amigos de los Retablos / **33**

Benjamín Sadornil / **31**

Berny Angulo / **20**

Blanca Martínez Ezquerro / **25**

Carlos Quintero / **22**

Carmen Hernández / **26**

Carmen Mediavilla / **9**

Carolina Nicolás Martínez / **13**

Concepción Ruiz / **30**

Conchi Mateo / **23**

Diego González Menchaca / **14 y 17**

Erika León Rosales / **29**

Estudio de Danzas Orientales Algazara / **21**

Fares Khader / **14**

Federico Soldevilla / **33**

Francisco Vázquez / **23**

Guillermo García Ruiz / **27**

Jesús Martínez Cañas / **8 y 32**

José Luis García / **21**

José Manuel León Meliá / **8**

José M^a Salvo Alzuet / **29**

Julio Hernández / **24 y 25**

Leonora Asenjo Riquelme / **15**

Luciana Schiavarelli / **16**

M^a Asunción Gómez Arrese / **18 y 20**

M^a del Carmen Bericochea / **14 y 30**

M^a del Pilar Muñoz Lopera / **16**
M^a Dolores Vicente / **19**
María Fernández Díez / **29**
María Jesús Blanco / **27**
María Jesús Sáenz de Miera / **10 y 31**
María Josefina Mediano / **27**
M^a José Jiménez / **8**
María Luisa Visa / **21**
María Ortiz / **19**
María Peña Armas / **26**
María Pilar Cenzano / **19 y 22**
M^a Pilar Moreno Valenzuela / **18**
María Teresa Hernaiz / **28**
Marisa Matute / **30**
Marta Giménez Izuel / **18**
Mercedes Ruiz / **24 y 25**
Miguel Blázquez Gómez / **26**
Nerea Elorriaga / **31**
Paloma Nogales / **20 y 24**
Rafael Fernández / **28**
Regina Fernández Román / **13**
Rocío Moreno / **21**
Rosa García Ripoll / **15**
Rosario Menchaca / **30**
Sarah Ochoa / **9**
Svetlana Sergejevna Suranova / **14 y 17**

Sedes de los cursos

Biblioteca de La Rioja
La Merced 1

Carmen Mediavilla
Duquesa de la Victoria 13, 1º C

Centro Cultural Ibercaja
Portales 48

Centro italiano
Gonzalo de Berceo, edificio Las Palmeras, oficina 8

Club Karate Kan
Avenida de Colón 57

CM Julio Luis Fernández Sevilla
Marqués de San Nicolás 46

EDO Algazara
Somosierra 15

Escuela de Cerámica
General Urrutia 29

Escuela de Diseño de La Rioja
Avenida de La Paz 9

Estudio de Danza Conchi Mateo
La Cigüeña 6

Fundación Caja Rioja-Bankia La Merced
Marqués de San Nicolás 109

Fundación Caja Rioja-Bankia Gran Vía
Gran Vía 2

Hogar Personas Mayores Lobete
Obispo Rubio Montiel 2

IES Sagasta edificio Comercio
Luis de Ulloa 37
Magisterio 1

Iron-Gym
Lardero 25, bajo

José María Salvo Alzuet
Taller en Padre Marín 21, bajo

Parroquia Valvanera
Vélez de Guevara 4

Plaza de Abastos
Sagasta 3

Salvatorianos
Paseo del Prior 2

Ventajas de los socios

Le recordamos que presentando el carné de la Asociación podrá conseguir descuentos en:

Centro Susana Varea

Este centro de salud y bienestar ofrece un descuento del 5 %.

Gran Vía Juan Carlos I 50, entreplanta 2. Logroño
Tel. 941 589 565

Peluquería Nerea

10 % en todos los servicios y si es jubilada, en tinte y permanentes, regalo del corte de pelo.

Duquesa de la Victoria 80, entreplanta izq. Logroño
Tel. 941 238 339 – 633 533 310



mercería • lencería • moda infantil

Mercería Mía

10 % de descuento.

General Vara de Rey 41, esq. Pío XII 1. Logroño
Tel. 941 274 640

Estudio de Arte José Luis Birigay

Cursos de dibujo y pintura para adultos y niños con un 10 % sobre las tarifas.

Villamediana 20, bajo. Logroño
Tel. 941 260 577

Estudio de Danzas Orientales Algazara

Descuento del 10 % de las actividades del centro.

Somosierra 15. Logroño
Tel. 696 333 827

Viajes Incavisa

6 % de descuento en paquete vacacional (no válido en solo hotel de ciudad y tampoco en salidas de grupo organizadas por la propia agencia que ya llevan precio especial para miembros del Plus Ultra), con pago en efectivo.

Bretón de los Herreros 17, bajo 2. Logroño
Tel. 941 205 511

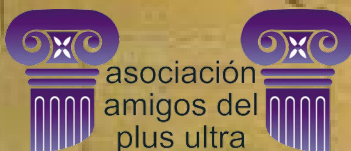
PATROCINAN

 **Ayuntamiento
de Logroño**



**Gobierno
de La Rioja**

COLABORAN



**Avenida de España 11, local 8 (Entrada por Belchite)
26003 Logroño (La Rioja)**

Tel. 688 914 479 - 646 355 018

Correo electrónico: asoplusultrainscripciones@gmail.com

Web: www.asociacionamigosdelplusultra.es

Facebook: [@asociacionamigosplusultra](https://www.facebook.com/asociacionamigosplusultra)

**Atención a los socios durante el curso,
de octubre a mayo, en la sede:
jueves de 10.00 a 11.00 y de 18.00 a 19.00 h.**