Colmenar Viejo me gusta !

CASA DE LA JUVENTUD DE COLMENAR VIEJO

nuevos

inscripciones del 3 al 21 de marzo

Cursos y talleres abril/junio

Normas

Comunicaciones a los participantes:
Durante el desarrollo de cursos y talleres cabe la posibilidad de ser grabado o fotografiado para los soportes municipales de comunicación: web, revista municipal…La inscripción a los mismos implica que se acepte esta posibilidad y faculta a la Casa de la Juventud a utilizar las grabaciones y/o fotos para publicaciones culturales/informativas

En caso de no aceptar este punto, debe comunicarse por escrito al CIDAJ.

Devolución:
En caso de que la actividad no haya empezado, debe comunicarse **la baja por escrito a la administración con una antelación de 10 días hábiles**, procediéndose en ese caso, siempre que su importe hubiese sido abonado, a la devolución del precio total del curso. Si el aviso se efectúa con 5 días de antelación, procederá la devolución del 50%.

Para el caso de que la actividad haya comenzado **deberá comunicarse la baja por escrito a la Casa de la Juventud**, procediéndose a la devolución del 40% del importe abonado siempre y cuando la actividad del curso no hubiese superado el umbral del 25% de la actividad. Transcurrido el citado umbral, no se procederá a devolución alguna.

NO SE CONSIDERARÁN BAJAS LAS COMUNICADAS TELÉFONICAMENTE O AL PROFESORADO

En los talleres anuales los pagos se realizarán trimestralmente (octubre, enero y abril), en el caso de no querer continuar inscrito en el curso o taller deberá comunicarse por escrito con un mínimo de 10 días antes del comienzo del trimestre.

NO SE IMPARTIRÁN CLASES EN PERIODOS NO LECTIVOS.

Teatro

Descripción de la actividad: En las clases de teatro se iniciará a los niños en el mundo de la interpretación. Se fomentará su capacidad expresiva, oral y corporal a través de ejercicios lúdicos. Se desarrollará la escucha y el trabajo en equipo y se les ayudará a tener una imagen positiva de sí mismos y de los demás.

Contenidos:

- Juegos, ejercicios de expresión oral y corporal.
- Improvisaciones
- Creación de los propios guiones que darán forma a personajes, situaciones y las canciones de su musical.
- Montaje teatral a final de curso pensado por todos de forma asamblearia.

Precio: 75 €
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Fechas y horarios: Del 2 de abril al 18 de junio

GRUPO A:
Lunes y miércoles de 17.30 a 18.30
Edades: 5 a 8 años
GRUPO B:
Lunes y miércoles de 18.30 a 19.30
Edades: 9 a 12 años

Danza moderna

Descripción de la actividad:
La danza es una actividad artística con una fuerte carga de disciplina, concentración, ganas e ilusión. En este curso aprenderás con nosotros la técnica del baile moderno, comenzando por lo pasos básicos para ir ligándolos con el fin de poder bailar una coreografía totalmente en estilo.

Contenidos:
- El gesto, el movimiento y el ritmo como vehículo de expresión y comunicación
- Experimentación y expresión de emociones a través del movimiento corporal
- Realización de danzas y bailes sencillos
- Participación en grupo
- Actitud creativa hacia la comunicación no verbal

Fechas y horarios: Del 4 de abril al 20 de junio
Viernes de 18.30 a 20.00
Edades: 7 a 13 años
Plazas: 12
Precio: 45 €
Material necesario: Ropa cómoda
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo

Danza oriental

Descripción
Se dará a conocer este género de danza, íntimamente vinculada con el vocabulario artístico del baile de diversos países árabes y culturas orientales.

Contenidos
- Introducción a la postura básica de la danza oriental. Variaciones posturales secundarias
- Explicación y práctica de los movimientos pélvicos
- Lenguaje gestual de brazos y manos
- Ritmos básicos en la danza oriental.
- Desplazamientos ondulantes. La espiral del cuerpo en el espacio.
- Coreografía

Edades: 14 a 35 años preferentemente

Precio: 63 €
Material Necesario: Ropa cómoda. No traer tacones.
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Nivel Medio
Fechas y horarios: Del 2 de abril al 18 de junio
Miércoles de 19.30 a 21.00

Bailes latinos

Descripción de la actividad:
En este curso el alumno puede ampliar el conocimiento de su propio cuerpo y desarrollar sus habilidades motrices e interaccionar con los demás, aprendiendo las técnicas y movimientos de los principales ritmos latinos.

Contenidos:
- Salsa
- Merengue
- Cumbia
- Cha-cha-cha,
- Lambada
- Samba

Nivel Medio
Fechasy horarios: Del 1 de abril al 19 de junio
Martes y jueves de 19.35 a 20.35
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio: 75 €
Material necesario: Ropa cómoda. No traer tacones
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo

Zumba

Descripción de la actividad:
Zumba combina bailes de todas partes del mundo, con los cuales por medio de intervalos y movimientos propios de cada uno de los estilos se consigue realizar un ejercicio fácil, divertido y eficaz.

Contenidos:
- Tonificación del cuerpo
- Trabajo continuo del abdomen y las piernas
- Coordinación corporal

Fechas y horarios: Del 1 de abril al 19 de junio
Martes y Jueves de 18.30 a 19.30
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio: 75 €
Material necesario: Ropa cómoda. No traer tacones.
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo

Danza Española

Descripción de la actividad:
Flamenco, ballet académico y folklore. En este curso el alumno puede adquirir el conocimiento de diferentes ritmos flamencos como: sevillanas, bulerías, rumbas... Se aprenderán posiciones y técnicas para desarrollar el oído, las capacidades locomotrices, el trabajo en equipo y las destrezas actitudinales

Contenidos:
- Percepción del cuerpo, su energía y grandeza
- Habilidades motrices
- Actividades artístico-expresivas de la danza
- Composición de movimientos
- Elaboración de bailes y coreografías simples

Fechas y horarios: Del 2 de abril al 18 de junio
Lunes y Miércoles de 19.30 a 20.30
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio: 75 €
Material necesario:
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Biodanza

Descripción de la actividad:
En este curso se trabajarán a través de líneas de actuación cómo la creatividad, vitalidad, ejercicios muy sencillos con música,.....

Contenidos:
- Categorías del movimiento
- Polaridad yin-yan
- Trabajo sobre las llaves de integración
- Desarrollo de las seis líneas de vivencia. creatividad, afectividad, vitalidad...

Fechas y horario: Del 2 de Abril al 18 de Junio
Lunes y miércoles de 18:00 a 19:00
Edad: De 16 a 35 años preferentemente
Precio alumno: 75 €
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Masaje corporal

Descripción de la actividad:
Este taller está orientado a personas que deseen conocer técnicas básicas de masaje que pueden ser aplicadas a uno mismo, para resolver dolores físicos musculares, y técnicas fáciles de relajación y para disfrutar de una sensación de bienestar.

Contenidos:
- Introducción a la anatomía Humana
- Masaje y automasaje de cabeza, espalda, abdomen, piernas y brazos
- Técnicas de relajación
- Estiramientos

Fechas y horarios: Del 4 de abril al 23 de mayo
Viernes de 18.00 a 20.00
Edades: 16 a 35 años preferentemente
Precio:45€
Material necesario: Ropa cómoda y toalla grande
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Automaquillaje

Descripción de la actividad:
Este nivel aporta un conocimiento de iniciación al automaquillaje muy completo para poder realizar cualquier tipo de maquillaje

Contenidos:
- Cuidados de la piel pre y post maquillaje.
- Cómo comprar maquillaje: tipos de productos .
- Cómo sacarle más partido a lo que tenemos.
- Caducidad e higiene de las herramientas y productos
- Reconocimiento de las facciones (correcciones) y personalización de los colores.
- Realización de diferentes maquillajes
- Trucos de profesional.
- Resolución de dudas

Fechas y horarios: Del 4 de abril al 23 de mayo
Viernes de 18.00 a 20.00 h
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio:45 €
Material necesario: Set de maquillaje, sombras, pintalabios, espejo, camara de fotos, etc.
Plazo de inscripción: del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Cosmética natural

Descripción:
Con este taller se alcanzará un conocimiento lde cosmética a nivel de usuario común (no profesional).
Se conocerán materias primas naturales para realizar productos cosméticos, se aprenderá a elaborar cosméticos naturales de forma artesanal, a conocer como funciona “la piel” y a cómo actúa un cosmético en ella.

Contenidos
- Elaboración de jabones de glicerina y jabones artesanales, según el tipo de piel,
- Limpiadoras, lociones tónicas, cremas faciales, según el tipo de piel,
- Peeling,
- Mascarillas faciales.

Fechas y horarios: Del 3 de abril al 29 de mayo
Jueves de 18.00 a 20.00
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio: 45€ + material
Material necesario:
Se comprará el material necesario para la realización del taller entre todos los alumnos (5 € aproximadamente).
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Iniciación a la Jardinería y a la Agricultura Sostenible

Descripción de la actividad:
En este curso el alumno puede adquirir el conocimiento de las principales características que tienen una agricultura y jardinería sostenible. Aprenderás a crear tu propiuo huerto ecológico an casa a través de clases prácticas.

Contenidos:
- Características de la agricultura y jardinería convencional
- Impacto ambiental de agricultura. Impacto ambiental de jardinería
- Agricultura ecológica
- Manejo del suelo
- Elección de especies
- Manejo de cultivo
- Prevención y control sanitario
- Preparación de un huerto ecológico

Fechas y horarios: Del 3 de abril al 19 de junio
Jueves de 18.00 a 20.00
Edades: 16 a 35 años preferentemente
Precio: 75 €
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Cocina básica

Descripción de la actividad:
El presente curso va dirigido a todas aquellas personas que quieren ahondar en la cocina española e internacional desde un punto de vista creativo.

Contenidos
- Relación de alimentos utilizados en el curso
- Técnicas de preparación: en frío, horno, microondas.
- Preparación de salsas, canapés, patés, platos fríos,ensaladas,carnes y pescados, repostería y bebidas

Fechas y horarios: Del 4 de abril al 30 de mayo
Viernes de 18.30 a 20.30
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio: 45€
Material necesario: Los alumnos tendrán que traer los ingredientes para preparar la receta.
Plazo de inscripción: del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Introducción a la Cata de Vinos

Descripción de la actividad:
En este curso se aprenderán nociones básicas de cómo conocer los diferentes tipos de vinos a través de la cata técnica.

Contenidos:
- La vid y su cultivo
- Variedades de uva
- Proceso de elaboración del vino
- Tipos de vino
- La guarda o crianza del vino tinto
- El color en el vino tinto
- Aroma, olor y sabor en el vino
- La cata del vino
- Conservación y servicio

Fechasy horarios: Del 4 de Abril al 9 de Mayo
Viernes de 17:30 a 18:30
Edad: de 18 a 35 años preferentemente
Precio alumno: 45 €
Material necesario: Los alumnos costearán el producto que se consuma.
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Pónte las pilas

Mejora el rendimiento escolar y rentabiliza tu tiempo de estudio

Descripción de la actividad:
Se combinarán las técnicas de estudio con estrategias emocionales y cognitivas necesarias para mejorar tu rendimiento y obtener mejores resultados académicos

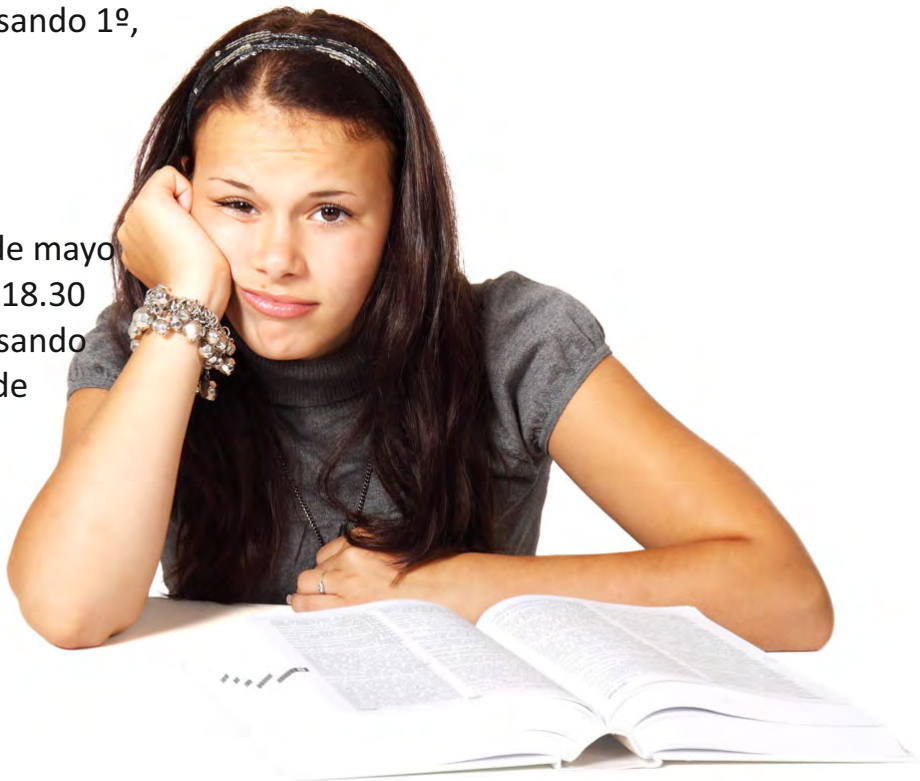
Contenidos:

- ¿Qué son las técnicas de estudio?.Objetivos del taller.
- Autoevaluación.
- Factores cognitivos: motivación y autoestima.
- Planificación del tiempo: elaboración de un planning.
- Condiciones facilitadoras del estudio
- En clase: toma de apuntes, uso de agenda y preguntas.
- ¿Cómo estudiar un tema? lectura, subrayado, esquemas...
- Repasos y memorizaciones.
- Exámenes.

Precio:30€
Requisitos: Material escolar
Plazas limitadas
Plazo de inscripción: del 3 al 21 de marzo

GRUPO A
Fechas y horarios:
Del 31 de marzo al 5 de mayo
Lunes de 17 a 18,30 h
Edades: Alumnos cursando 1º, 2º, y 3º de la ESO.

GRUPO B
Fechas y horarios:
Del 23 de abril al 28 de mayo
Miércoles de 17.00 a 18.30
Edades: Alumnos cursando 4º de laESO, 1º y 2º de Bachillerato



Manejo de cámara de fotos

Descripción de la actividad:

Nos iniciaremos en el mundo de la fotografía conociendo elementos técnicos y conceptos artísticos y plásticos que intervienen en toda buena fotografía. Se realizarán salidas fotográficas con ejercicios , con visionados posteriores de las fotografías realizadas por los alumnos.

Contenidos:

- Elementos que intervienen en la fotografía
- Metodología básica y recomendaciones
- El Objetivo
- Profundidad de campo
- Métodos de enfoque
- Medición de la luz
- El color: balances de blancos
- Introducción a la exposición
- Rangos dinámicos
- Distancia hiperfocal
- El flash
- Información digital, tipos de formatos

Fechas y horarios: Del 3 de abril al 22 de mayo
Jueves de 18.30 a 20.30
Edades: 14 a 35 años preferentemente
Precio: 45€
Material necesario: Cámara reflex digital
Plazo de inscripción: Del 3 al 21 de marzo
Plazas limitadas

Conversacion en inglés

Descripción de la actividad:
En este curso se practicará inglés comentando temas variados y según situaciones distintas conocerán y ampliarán diferente vocabulario.
Contenidos:
- Socializar a niveles formal e informal
- Dar y solicitar información general
- Expresar y valorar actitudes y opiniones
- Persuadir y convencer

Plazo de inscripción: del 3 al 21 de marzo
Edades: 16 a 35 años preferentemente
Precio: 63 €
Requisitos: Superar una prueba de nivel

GRUPO A. ADULTOS. Tardes
Fechas y horarios: Del 3 de abril al 19 de junio
Jueves de 18.30 a 20.00
Prueba de nivel: 20 de marzo a las 18,15 h.

GRUPO B. ADULTOS. Mañanas
Fechas y horarios: Del 2 de abril al 18 de junio
Miercoles de 10.00 a 11.30
Prueba de nivel: 19 de marzo a las 9,45 h

CIDAJ. Casa de la Juventud de Colmenar Viejo
Carretera Hoyo de Manzanares 16. 28770 Colmenar Viejo
Horario: Lunes a Viernes de 10 a 13,30 y de 17 a 20 h
Teléfono: 91 846 13 70. cij@colmenarviejo.com
www.colmenarviejo.com

Colmenar Viejo me gusta

CASA DE LA JUVENTUD DE COLMENAR VIEJO