



Banco del Tiempo
San Javier

Talleres 2024-2025



AYUNTAMIENTO DE **SAN JAVIER**
CIUDAD DEL AIRE

CONCEJALÍA DE VOLUNTARIADO,
DERECHOS SOCIALES Y FAMILIA



Lunes



TENIS DE MESA RECREATIVO

Lugar: Polideportivo San Javier

Hora: 10.00 a 12:00

REIKI (GRUPO A Y B)

Lugar: Salita Príncipe de Asturias

Hora: Grupo A: 10.00 a 11.00 - Grupo B: 11.00 a 12.00

PINTURA EN TELA

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 10.30 a 12.30

TENIS

Lugar: Polideportivo - Hora Iniciación: 12.00 a 13.00

Hora Avanzado: 13.00 a 14.00

SCRAP - CATI

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 17.00 a 19.00

JUEGOS DE MESA

Lugar: Centro de Mayores - Hora: 17.00 a 19.00

MOVIMIENTO CONSCIENTE A TRAVÉS DE LA DANZA

Lugar: Gimnasio Príncipe de Asturias

Hora: 17.00 a 18.00

MANUALIDADES NAVIDEÑAS

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 17.00 a 18.45

MEDITACIÓN

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 18.00 a 19.00

ZUMBA Y FITNESS (GRUPO A Y B)

Lugar: Gimnasio Príncipe de Asturias

Hora: Grupo A: 18.00 a 18.45 - Grupo B: 19.00 a 19.45

APRENDE A USAR TU MÁQUINA DE COSER Y ARREGLOS DE COSTURA

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 19.00 a 20.30

Martes



LUJONG (GRUPO A Y B)

Lugar: Aula Miscelánea

Hora: Grupo A: 9.30 a 10.15 - Grupo B: 10.30 a 11.15

¿AMIGUEAMOS?

Lugar: Centro de Mayores

Hora: 10.00 a 11.00

PINTURA AL ÓLEO O ACUARELA (GRUPO A)

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 10.00 a 12.00

APRENDE A USAR TU MÓVIL

Lugar: Centro de Mayores - Hora: 11.00 a 12.00

PILATES

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 11.30

TALLER DE ITALIANO

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 12.00 a 13.00

PING PONG

Lugar: Polideportivo San Javier - Hora: 16.30 a 18.00

BAILES DE SALÓN

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 17.00 a 18.00

LABORES (PATCHWORK, PUNTO Y GANCHILLO)

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 17.00 a 19.00

PINTURA EN CRISTAL

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 17.30 a 19.30

YOGA

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 18.00 a 19.30

Miércoles



SOBRE RUEDAS

Lugar: Salida desde Escultura del Peregrino

Hora: 9.30 a 11.00

TENIS DE MESA RECREATIVO

Lugar: Polideportivo San Javier

Hora: 10.00 a 12:00

ESTAÑO - INICIACIÓN

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 10.00 a 12.00

ESPAÑOL - PERSONAS DE ORIGEN EUROPEO

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 11.00 a 12.00

SEVILLANAS BÁSICAS

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 17.00 a 18.00

GUITARRA, SOLFEO Y ENTONACIÓN

Lugar: Edificio de Juventud - Hora: 17.30 a 19.30

SEVILLANAS AVANZADAS

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 18.00 a 19.00

POESÍA - ¡CREA, VIVE, SIENTE!

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 18.00 a 19.00

DEFENSA PERSONAL

Lugar: Gimnasio Príncipe de Asturias

Hora: 19.00 a 20.00

BAILES DE SALÓN

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 19.15 a 20.30

ÁRABE - INICIACIÓN

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 19.30 a 20.30

Jueves



EL MUNDO DE LA PALABRA Y LA EXPRESIÓN

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 10.00 a 11.30

ARTETERAPIA

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 11.00 a 12.00

TENIS

Lugar: Polideportivo - Hora Iniciación: 12.00 a 13.00

Hora Avanzado: 13.00 a 14.00

FRANCÉS CONVERSACIÓN

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 12.00 a 13.00

LEOFORUM

Lugar: Biblioteca de San Javier

Hora: 12.00 a 13.15 (un jueves cada 15 días)

INGLÉS CONVERSACIÓN

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 12.30 a 13.30

PINTURA AL ÓLEO O ACUARELA (GRUPO B)

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 16.00 a 18.30

PING PONG

Lugar: Polideportivo San Javier- Hora: 16.30 a 18.00

BAILA A TU RITMO

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 17.30 a 18.30

ELABORACIÓN BOLAS DE NAVIDAD

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 18.00 a 19.30

SCRAP - ANA

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 18.30 a 20.30

VINIYOGA

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 18.45 a 20.15

Viernes



TAICHÍ

Lugar: Explanada Barnuevo - Hora: 9.30 a 10.30

YOGA KUNDALINI

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 10.00 a 11.30

TENIS DE MESA RECREATIVO

Lugar: Polideportivo San Javier

Hora: 10.00 a 12:00

ABALORIOS

Lugar: Hotel de Asociaciones - Hora: 17.00 a 18.00

APRENDE A JUGAR AL MUS

Lugar: Salón de actos del Centro de Mayores

Hora: 17.30 a 19.30

MINDFULNESS

Lugar: Aula Miscelánea - Hora: 18.00 a 19.00

BILLAR - INICIACIÓN

Lugar: Príncipe de Asturias - Hora: 18.00 a 19.00

MACRAMÉ

Lugar: Usos Múltiples - Hora: 18.00 a 20.00

DEFENSA PERSONAL

Lugar: Gimnasio Príncipe de Asturias

Hora: 19.00 a 20.00

Sábado



ESCRITURA CREATIVA

Lugar: Centro de Mayores - Hora: 12.00 a 13.30

CUIDADO DE LA PIEL Y AUTOMAQUILLAJE

Lugar: Centro de Mayores

Hora: 10.00 a 12.00 (1 al mes)

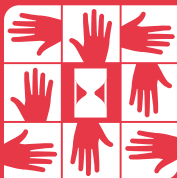
Biblioteca



ESPAÑOL - PERSONAS DE HABLA ÁRABE

Lunes y miércoles

Lugar: Biblioteca - Hora: 9.30 a 12.00



Banco del Tiempo
San Javier

¿Quieres inscribirte?

¡Inscríbete pinchando en el QR o enlace y nos pondremos en contacto contigo para asignar tu plaza!



<https://forms.gle/7WZLDufzfw3waVdFA>

Si necesitas ayuda no dudes en ponerte en contacto con nosotros.

Horario de atención al público

Martes y jueves de 9.00 a 13.30

☎ 968 19 07 82 📞 680 275 287

✉ bancodeltiempo@sanjavier.es

Calle Bernal, 13, Santiago de la Ribera
San Javier - Murcia