



# CURSOS DE VERANO

TALLERES · ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE  
junio y julio 2022

## EN LA AULA

### **Pensar escribiendo**

Eduardo Vilades  
28 de junio a 14 de julio  
Martes y jueves de 19 a 20:30h  
Sede UPL. 40 e.

### **Cultura china.** Irene Izarra

27 de junio a 13 de julio  
Lunes y miércoles de 19 a  
20:30 h. Sede UPL. 40 e.

### **Pintura Sumi-e**

Libertad Pertierra  
29 de junio  
Miércoles de 18:30 a 21:30 h  
Aula del camino. 30 e.

**Collage.** Libertad Pertierra  
13 de julio. Miércoles de 18:30 a  
21:30 h. Aula del camino. 25 e.

### **Internet en tu portátil**

Laura Sánchez  
27 de junio a 13 de julio  
Lunes y miércoles de 9:45 a  
11:15 h. Sede UPL. 40 e.

### **Aprende a manejar tu móvil**

Laura Sánchez  
27 de junio a 13 de julio  
Lunes y miércoles de 18:30 a  
20 h. Sede UPL. 40 e.

**Fotografiar con los  
cinco sentidos.** María Félez  
28 de junio a 14 de julio  
Martes y jueves de 19 a 20:30 h  
Salas Zarcillo. 40 e.

### **Fotografía con tu móvil**

María Félez  
29 de junio a 13 de julio  
Miércoles de 19 a 20:30 h  
Sede UPL. 30 e.

### **Recorriendo la espiral**

Laura Juarros  
28 de junio al 7 de julio  
Martes y jueves de 19 a 21 h  
Aula del Camino. 40 e.

### **Al dente. Cocina italiana vegetariana de verano**

Francesca Dellachiesa  
28 de junio al 7 de julio  
Martes y jueves de 10 a 12 h  
CSS Casco Antiguo. 45 e.

### **Cuentacuentos y creatividad**

(4 a 6 años).  
Francesca Dellachiesa  
Del 1 al 8 de julio  
Lunes, miércoles y viernes de  
10 a 11 h. Sede UPL. 30 e.

### **Cuentacuentos y creatividad**

(6 a 8 años)  
Francesca Dellachiesa

Del 1 al 8 de julio. Lunes,  
miércoles y viernes de 11:15 a  
12:15 h. Sede UPL. 30 e.

### **Convirtámonos en artistas**

(7 a 11 años). Marta Burgui  
28 de junio al 14 de julio  
Martes y jueves de 10:30 a 12 h  
Sede UPL. 40 e.

### **Ilustración para niños**

(8 a 12 años). Marta Burgui  
29 de junio al 13 de julio  
Lunes y miércoles de 11:30 a  
13 h. Sede UPL. 40 e.

### **Estimulación y juego**

(1 a 2 años). Sara Antoñanzas  
28, 30 junio y 1 de julio. Martes,  
jueves y viernes de 17:30 a  
18:30 h. Sala Envero. 25 e.

### **Estimulación y juego**

(2 a 3 años). Sara Antoñanzas  
28, 30 de junio y 1 de julio  
Martes, jueves y viernes de  
18:45 a 19:45 h. Sala Envero  
25 e.

### **Taichí - Chi-kung**

Ana Belén Francia  
28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves de 8 a 9 h  
Chimenea del Ebro. 40 e.

**Columna vertebral y  
bienestar.** Almudena Ruiz de  
Velasco. 4 al 20 de julio. Lunes  
y miércoles de 9:30 a 11 h  
Sede UPL. 40 e.

### **Pilates.** Araceli Centelles. 40 e.

#### GRUPO DE MAÑANA A

28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves de 9:30 a  
10:30 h. Chimenea del Ebro

#### GRUPO DE MAÑANA B

28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves de 10:45 a  
11:45 h. Chimenea del Ebro

#### GRUPO DE TARDE A

27 de junio al 20 de julio  
Lunes y miércoles de 18:30  
a 19:30 h. Sala Envero

#### GRUPO DE TARDE B

27 de junio al 20 de julio  
Lunes y miércoles de 19:45  
a 20:45 h. Sala Envero

### **Pilates y suelo pélvico**

Lidia Arriola  
11 al 21 de julio. Lunes a jueves  
de 9:30 a 10:30 h. Sala Envero  
40 e.

### **Pilates con elementos**

Lidia Arriola  
11 al 21 de julio. Lunes a jueves  
de 10:45 a 11:45 h. Sala Envero  
40 e.

### **Yoga integral**

Patricia Roche

#### **GRUPO DE MAÑANA**

28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves de 9:15 a  
10:45 h. Sede UPL. 50 e.

#### **GRUPO DE TARDE**

27 de junio al 20 de julio  
Lunes y miércoles de 20:30 a  
21:45 h. Salas Zarcillo. 45 e.

### **Danza yoga.** Patricia Roche

28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves de 11 a 12:30 h  
Sede UPL. 50 e.

### **Suelo pélvico**

Ane Martínez de Lagrán  
2 de julio. Sábado de 10 a 14 h  
Sede UPL. 35 e.

### **Cuerpo, sonido y movimiento**

Alberto Mera  
25 de junio. Sábado de 10 a 13:30  
y 16 a 19 h. Salas Zarcillo. 50 e.

### **Danza tribal estilo americano**

Valeria  
27 de junio al 20 de julio. Lunes  
y miércoles de 19:15 a 20:15 h  
Chimenea del Ebro. 40 e.

### **Danza oriental.** Valeria

27 de junio al 20 de julio  
Chimenea del Ebro. 40 e.

#### **GRUPO DE MAÑANA**

Lunes y miércoles de 11:30  
a 12:30 h

#### **GRUPO DE TARDE**

Lunes y miércoles de 18 a  
19 h

### **Oriental fitness**

Valeria  
27 de junio al 20 de julio  
Chimenea del Ebro. 40 e.

#### **GRUPO DE MAÑANA**

Lunes y miércoles de 10:15  
a 11:15 h

#### **GRUPO DE TARDE**

Lunes y miércoles de 20:30  
a 21:30 h

### **Danza africana.** Patricia Roche

27 de junio al 20 de julio  
Lunes y miércoles de 19 a  
20:15 h. Salas Zarcillo. 45 e.

### **Introducción a la danza contact improvisación.**

Ioritz Goizueta y Miriam Flores  
12 al 21 de julio. Martes y jueves  
de 18 a 20 h. Sede UPL. 40 e.

### **Danza de la India, Bhangra**

Alicia Belsué  
28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves de 19 a 20:30 h  
Chimenea del Ebro. 50 e.

### **Iniciación al ukelele**

Diego M. Continente  
28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves 10 a 11 h  
Sede UPL. 40 e.

### **Iniciación a la guitarra**

Diego M. Continente  
28 de junio al 21 de julio  
Martes y jueves 11:10 a 11:10 h  
Sede UPL. 40 e.

**Iniciación al ajedrez.** Amaia Iza  
5 al 21 de julio. Martes y jueves  
18 a 19.30 h. Sede UPL. 40 e.

### **Iniciación a la máquina de coser.** Isabel San Pedro

28 al 30 de junio. Martes,  
miércoles y jueves  
Aula del Camino. 30 e.  
GRUPO DE MAÑANA: 10 a 12 h  
GRUPO DE TARDE: 18 a 20 h

### **Raku en microondas**

Gene Palacios  
24 de junio al 1 de julio  
Todos los días de 19:15 a 21:15  
h. Aula del Camino. 50 e.

### **Cerámica artística.**

**Cerámica y té.** Gene Palacios  
24 de junio al 1 de julio  
De lunes a jueves de 17 a 19 h  
Aula del Camino. 50 e.

### **Artesanía con esparto:**

**escobilla.** Gemma Pérez  
25 de julio. Lunes de 16:30 a  
20 h. Espacio Corrala. 25 e.

### **Cestería con esparto:**

**cestillo.** Gemma Pérez  
26 de julio. Espacio Corrala.  
Martes de 10 a 14 h y  
de 16 a 20 h  
40 e.

### **Artesanía en paja de centeno o esparto: escriño o cuenco**

Gemma Pérez  
27 y 28 de julio. Espacio Corrala  
Miércoles y jueves de 10 a 14 h  
y de 16 a 20 h  
60 e.

### **Jornada en esparto: botella revestida o salvamanteles**

Gemma Pérez  
29 de julio. Viernes de 10 a 14 h y  
16 a 20 h. Espacio Corrala  
40 e.

### **Encordado de sillas de anea**

Gemma Pérez  
30 y 31 de julio. Sábado y  
domingo de 10 a 14 h  
y 16 a 20 h. Espacio Corrala  
70 e

## Aplica color a tus prendas

Margo

MARIPOSAS del 5 al 7 de julio

PECES del 12 al 14 de julio

FLORES del 19 al 21 de julio

PÁJAROS del 26 al 28 de julio

Aula del Camino. 25 e.

(semana) 75 e. (completo)

GRUPO DE MAÑANA

Martes y jueves de 10 a 12 h

GRUPO DE TARDE

Martes y jueves de 19 a 21 h

## ONLINE

### Brandcoaching o cómo materializar un sueño

Pilar Martínez

29 de junio. Miércoles de 17 a 19 h. Online. 18 e.

### Yin yoga esencial

Herminia Sainz

Online

90 e.

## AL AIRE LIBRE

### Danza Libre en el parque del Ebro

Almudena Ruiz de Velasco

Lunes a partir de las 20:30 h

Parque del Ebro. Aire Libre

Gratuita

### Paisaje con acuarela

Marta Burgui

27 al 30 de junio. Lunes a

jueves de 17:30 a 19:30 h.

Aula del Camino y aire libre

35 e.

### Dibujo urbano para no dibujantes. La ciudad de parque en parque

Begoña Sainz de Murieta

4 al 20 de julio

Lunes y miércoles de 19 a

21 h. Sede UPL y parques de

Logroño. 45 e.

### Dibujo urbano para no dibujantes. Escenas de la ciudad

Begoña Sainz de Murieta

5 al 21 de julio. Martes y

jueves de 19 a 21h. Sede UPL y

Espacios de Logroño

45 e.

### Dibujando por el camino

Jardín Botánico de La Rioja

Begoña Sainz de Murieta

2 de julio. Sábado de 10 a 14 h

Jardín botánico de Azofra.

30 e.

### Navarrete, Camino y arte

Begoña Sainz de Murieta

9 de julio. Sábado de 10 a 18 h

con pausa para la comida

40 e.

### Caligrafía Efímera: agua y tiza

Valle Camacho

27 de junio al 14 de julio. Lunes

27 junio, de 18 a 19:30 h

TEÓRICA. Fundación Caja Rioja

La Merced. Lunes y miércoles

de 18 a 19:30 h. Aire libre

40 e.

### Creatividad al aire libre

Libertad Pertierra

28 de junio. Martes de 18:30 a

21 h. Aire libre.

25 e.

### Arte-Terapia

Libertad Pertierra

22 de julio. Viernes de 18:30 a

21 h. Aire Libre

25 e.

### Senderismo. Araia -

Arantzazu por el Camino

Ignaciano. 18 km con 680 m

de desnivel. Visita guiada al

monasterio. Domingo 26 de

junio. 20 e.

### Paseo Botánico para familias

Gustavo Pérez y Pilar Martínez

26 de junio de 11 a 14 h

30 e. (adulto y menor)

### Aves de La Rioja

David Mazuelas

27 de junio a 7 de julio. Lunes

27 junio, de 18 a 19:30 h.

TEÓRICA: Sede UPL. EXCURSIONES:

28, 30 junio y 4, 5, 7 julio.

A partir de las 16:30 h. 60 e.

### El Ebro, más allá de

sus orillas. Isabel Muñoz

24 de junio y 1 de julio

Viernes de 12 a 13:30 h. 20 e.

PRIMER RECORRIDO MARGEN

DERECHA: 24 de junio a

las 12.00 h. Punto de

encuentro inicio del Puente

de Piedra (orilla derecha)

SEGUNDO RECORRIDO MARGEN

IZQUIERDA: 1 de julio a

las 12.00 h. Punto de

encuentro Cementerio,

Puerta Vieja (Carretera de

Mendavia)

# Inscripciones a partir del 14 de junio

En nuestra web: [www.universidadpopular.es](http://www.universidadpopular.es)

En nuestras oficinas todos los días de 9:30 a 14 h  
y de 17:30 a 19:30 h



universidad popular  
DE LOGROÑO



Logroño



La Rioja