

# CURSOS DE VERANO

TALLERES · ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE  
junio y julio 2019

Inscripciones a partir del 28 de mayo.  
En nuestra web: [www.universidadpopular.es](http://www.universidadpopular.es)  
En nuestras oficinas en horario: de lunes a  
jueves de 9.30 a 14 h y de 17.30 a 19.30 h y  
viernes de 9.30 a 14 h



universidad popular  
DE LOGROÑO

Ayuntamiento  
de Logroño

## COCINA Y ALIMENTACIÓN

### Cocina saludable.

Ángel Pérez  
Sede UPL del 25 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 10 a 12 h. 60 euros

### Cocina japonesa casera de verano.

Kyoko Matsuo  
Sede UPL del 24 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 19 a 21 h. 60 euros

## JÓVENES Y NIÑOS

### Ilustración para niños y niñas

(8 a 12 años). Marta Burgui  
Sede UPL de 25 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 11 a 12.30 h. 40 euros

### Cocina para niños y niñas

(8 a 12 años). Ángel Pérez  
Sede UPL de 24 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 10 a 12 h. 50 euros

## MATERNIDAD Y CRIANZA

### Yoga para embarazadas.

Martina Pérez  
Sala Gran Vía 39 del 24 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 17.45 a 18.45 h  
40 euros

## FAMILIA

### Musicoterapia Infantil

(1 a 2 años). Alberto Mera  
Sala Viva del 24 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 10.30 a 11.15 h. 35 euros

### Barro en familia

(3 a 10 años). Gene Palacios  
Aula del Camino del 2 al 18 de julio.

GRUPO DE MAÑANA. Martes y jueves de 11 a 13 h

GRUPO DE TARDE. Martes y jueves de 18 a 20 h. 45 euros

## MADRES, PADRES Y EDUCADORES

### Plagiocefalia y tortícolis en el bebé.

Ana Tabernero y Silvia Rodríguez  
Sede UPL. Viernes 5 de julio de 9.30 a 13.30 h. 25 euros

### Disciplina positiva.

Nora Monterrubio.  
Sede UPL. Viernes 28 de junio y 5 de julio de 16.30 a 20.30 h. 40 euros

## DANZA

### Zumba.

Alberto Mera  
Sala Viva del 1 al 17 de julio. Lunes y miércoles de 18 a 19 h  
30 euros

### Bailes Latinos Iniciación.

Alberto Mera  
Sala Viva del 2 al 18 de julio. Martes y jueves de 18.30 a 20 h. 35 euros

### Danza Africana.

Patricia Roche  
Sala Gran Vía 39 del 18 de junio al 4 de julio. Martes y jueves de 18.30 a 20 h. 40 euros

## Sevillanas. Nivel Intermedio.

Estela Santamaría  
Sala Viva del 12 al 26 de junio. Lunes y miércoles de 20.15 a 21.45 h. 35 euros

### Danzas de la India.

Alicia Belsué  
Sala Viva del 9 a 25 de julio. Martes y jueves de 20.15 a 21.45 h. 35 euros

## SALUD INTEGRAL

### Coaching y PNL para las vacaciones.

Pilar Martínez  
Sede UPL del 18 de junio al 4 de julio. Martes y jueves de 19.30 a 21 h. 35 euros

### Plantas medicinales y remedios naturales.

Ángel Pérez  
Sede UPL del 25 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 19.30 a 21 h  
35 euros

### Vozy coro de mantras.

Miguel Ángel Curra  
Sede UPL del 12 al 26 de junio. Lunes y miércoles de 18.30 a 20 h. 35 euros

**Yoga Mañana.** Irene Espinosa  
Sede UPL del 24 de junio al 17 de julio. Lunes y miércoles de 9.30 a 11 h. 45 euros

**Yoga Tarde.** Irene Espinosa  
Sede UPL del 25 de junio al 18 de julio. Martes y jueves de 18.30 a 20 h. 45 euros

**Columna Vertebral y salud.**  
Almudena Ruiz de Velasco  
Sede UPL del 2 al 18 de julio. Martes y jueves de 9.30 a 11 h. 35 euros

**Meditación Zen y enseñanzas budistas.** Irene Espinosa  
Sede UPL del 28 de junio al 19 de julio. Viernes de 9.30 a 11.30 h. 35 euros

**Pilates.** Araceli Centelles  
Sala Gran Vía 39 del 1 de julio al 25 de julio  
GRUPO MAÑANA A. Martes y jueves de 9 a 10 h  
GRUPO DE MAÑANA B. Martes y jueves de 10 a 11 h  
GRUPO DE TARDE A. Lunes y miércoles de 19 a 20 h  
GRUPO DE TARDE B. Lunes y miércoles de 20 a 21 h. 40 euros

## IDIOMAS

**Francés para viajar** (requiere con conocimientos básicos).  
Etienne López  
Aula del Camino del 17 de junio al 11 de julio  
GRUPO DE MAÑANA. Martes y jueves de 11 a 12.30 h  
GRUPO DE TARDE. Lunes y miércoles de 19 a 20.30 h  
45 euros

**Inglés para viajeros.** Nathan Chrocket  
Aula del Camino del 17 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 10 a 11.30 h. 45 euros

**Inglés de negocios.** Geraldine Mary Smith  
Aula del Camino del 17 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 17.30 a 19 h  
45 euros

**Italiano para viajeros.**  
Francesca Delachiessa  
Aula del Camino del 25 de junio al 18 de julio. Martes y jueves de 18 a 19.30 h. 45 euros

## HUMANIDADES Y NATURALEZA

**Escritura creativa y juego.**  
Virginia Ruiz  
Sede UPL de 25 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 20 a 21.30 h. 35 euros

**Fotografía con los cinco sentidos.** María Félez  
Sede UPL de 24 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 19.30 a 21 h. 35 euros

**Aves de La Rioja.** David Mazuelas  
Lunes 24, 25 y 27 de junio 1, 2 y 4 julio. Sede UPL, 24 de junio de 17.45 a 19.15 h El resto prácticas a partir de las 16.30 h. 50 euros

**Caligrafía Ilustrada y Naturaleza.** Valle Camacho  
Sede UPL de 25 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 18 a 19.30 h. 35 euros

**Dibujo urbano para no dibujantes** (La ciudad y sus rincones). Begoña Sainz de Murieta  
24 de junio al 10 de julio. 24 de junio, Sede UPL el resto salidas al exterior. Lunes y miércoles de 19.30 a 21.30 h. 40 euros

**Passive house, la edificación eficiente.** Sergio Sanz  
Aula del Camino del 18 al 28 de junio. Martes, jueves y viernes de 19.30 a 21.30 h. 40 euros

## INFORMÁTICA

**Realiza tus trámites on-line con facilidad.** Laura Sánchez  
Sede UPL de 24 de junio al 9 de julio. Lunes y martes de 10 a 11.30 h. 40 euros

**Aprende a manejar tu Smartphone.** Laura Sánchez  
Sede UPL de 24 de junio al 9 de julio. Lunes y martes de 11.45 a 13.15 h. 40 euros

3

## ARTESANÍA

**Cestería tradicional.**  
Gema Pérez  
Taller de plásticas de 18 de junio al 11 de julio.  
INICIACIÓN DE MAÑANA. Martes y jueves de 9.30 a 11.30 h  
INICIACIÓN DE TARDE. Martes y jueves de 19.30 a 21.30 h  
PERFECCIONAMIENTO. Martes y jueves de 11.30 a 13.30 h  
55 euros

**Cestería Moderna. Paperband.** Gema Pérez  
Sede UPL de 18 de junio al 4 de julio. Lunes y miércoles de 19.30 a 21.30 h. 50 euros

**Papercut.** Marta Burgui  
Sede UPL del 25 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 18.30 a 19.30 h. 45 euros

**Cerámica artística.**  
Gene Palacios  
Aula del Camino del 18 de junio al 11 de julio. Martes y jueves de 20 a 22 h. 55 euros

**Cerámica Aplicada a la Joyería.** Gene Palacios  
Aula del Camino del 17 de junio al 10 de julio. Lunes y miércoles de 20 a 22 h. 55 euros

**Cosiendo a máquina.** Isabel San Pedro  
Aula del Camino del 12 de junio al 8 de julio  
INICIACIÓN MAÑANA. Lunes y miércoles de 9.30 a 11.30 h  
INICIACIÓN TARDE. Lunes y miércoles de 19.30 a 21.30 h  
PERFECCIONAMIENTO. Lunes y miércoles de 11.30 a 13.30 h  
50 euros

**Alpargatas.**  
Estíbaliz Saénz de Urtuvi  
Aula del Camino del 18 de junio al 4 de julio. Martes y jueves de 18.30 a 21.30 h  
60 euros

4

## ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

**Paisajes con encanto**  
Coordinados por Amparo Castrillo y Julio Verdú

Bono para todo el programa  
60 euros

Domingo 23 de junio de 8,30 a 20 h  
VISITA A LOS YACIMIENTOS DE ATAPUERCA, MINA ESPERANZA Y PASEO DE 5 KM.  
35 euros

Domingo 30 de junio de 8 a 14.30 h  
BUJEDO CELLORIGO.  
12 KM 500 M DE DESNIVEL  
12 EUROS

Domingo 7 de julio de 8 a 15 h  
PARQUE NATURAL DE IZKI.  
13 km 320 m de desnivel  
12 euros

Domingo 14 de julio de 8 a 15 h  
LOZA - LAGRAN.  
12 KM 320 M DESNIVEL  
12 EUROS

**Danza libre en el parque.**  
Almudena Ruiz de Velasco  
Todos los lunes a partir de las 20 h desde el 1 al 24 de julio. Asistencia libre.

**Actuación del coro San Juan Bautista Abesbatza**  
Fundado en 1968 por José Ignacio Sarria está compuesto por 25 jóvenes cantantes formados en el coro infantil Leioa Kantika Korala.  
Viernes 19 de julio a las 20 h  
3 euros

5

6