

Espazo +60 Santiago

PROGRAMACIÓN ANUAL DE ACTIVIDADES 2019/2020

CULTURA E EXPRESIÓN ARTÍSTICA				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Música coral e instrumental							
Acordeón diatónico	2 out. a 27 mai.	mer.	12.00 a 13.00 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Música ao teu alcance	2 out. a 27 mai.	mer.	10.30 a 11.30 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Música tradicional galega							
Obradoiro de música e baile tradicional	1 out. a 26 mai.	mar.	18.00 a 19.00 h	33 €	66 €	39,60 €	79,00 €
Obradoiro de canto tradicional e pandeiretas	1 out. a 26 mai.	mar.	17.00 a 18.00 h	33 €	66 €	39,60 €	79,00 €
Debuxo e pintura							
Debuxo e pintura	1 out. a 26 mai.	mar.	18.00 a 20.00 h	63 €	126 €	75,60 €	151,00 €
Pinta con óleo - grupo A	3 out. a 28 mai.	xov.	17.00 a 19.30 h	73 €	146 €	87,60 €	175,00 €
Pinta con óleo - grupo B	4 out. a 29 mai.	ven.	10.45 a 12.45 h	63 €	126 €	75,60 €	151,00 €
Manualidades e artesanía							
Manualidades e artesanía	2 out. a 27 mai.	mer.	11.30 a 12.30 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €

CULTURA E EXPRESIÓN ARTÍSTICA				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Artes escénicas							
Obradoiro de teatro iniciación	2 out. a 27 mai.	mer.	19.00 a 20.00 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Literatura							
Clube de lectura	7 out. a 25 mai.	lun.	18.00 a 19.00 h	65 €	130 €	78 €	156 €

FORMACIÓN E COÑECEMENTO				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Idiomas							
Francés iniciación	7 out. a 25 mai.	lun.	10.45 a 12.00 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Francés medio	7 out. a 25 mai.	lun.	12.00 a 13.15 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Inglés - iniciación - grupo A	1 out. a 26 mai.	mar.	9.30 a 10.45 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Inglés - iniciación - grupo B	1 out. a 26 mai.	mar.	12.00 a 13.15 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Inglés - medio	1 out. a 26 mai.	mar.	10.45 a 12.00 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
English conversation	3 out. a 28 mai.	xov.	12.00 a 13.15 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Historia e arte							
Historia da arte	3 out. a 28 mai.	xov.	10.45 a 11.45 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €

CULTURA DIXITAL				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Iniciación							
Usos de ordenadores e internet	1 out. a 28 mai.	mar. e xov	17.30 a 18.30 h	72 €	144 €	86,40 €	172,80 €
Uso de tabletas e móbiles	4 out. a 29 mai.	Ven.	17.30 a 18.30 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Intermedio							
Usos de ordenadores e internet - grupo A	2 out. a 27 mai.	lun. e mer.	17.30 a 18.30 h	72 €	144 €	86,40 €	172,80 €
Usos de ordenadores e internet - grupo B	1 out. a 28 mai.	mar. e xov	19.30 a 20.30 h	72 €	144 €	86,40 €	172,80 €
Uso de tabletas	7 out. a 25 mai.	lun.	19.30 a 20.30 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Uso de tabletas e móbiles: música	consultar	lun.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	
Uso de tabletas e móbiles: Facebook e Twitter	consultar	lun.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	
Uso de tabletas e móbiles: xogos	consultar	lun.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	
Preguntas e respostas. Informática e internet personalizadas para ti - grupo A	2 out. a 27 mai.	mer.	19.30 a 20.30 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Preguntas e respostas. Informática e internet personalizadas para ti - grupo B	4 out. a 29 mai.	ven.	12.00 a 13.00 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Xestiona as túas contas con ABANCA Móbil	2 out. a 27 mai.	mer.	11.30 a 13.00 h	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Banca 24 h para facer a túa vida máis doada	2 out. a 27 mai.	mer.	11.30 a 13.00 h	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Fotos e presentacións creativas para compartir	consultar	mer.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	
Comercio electrónico e trámites <i>online</i>	consultar	lun.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	
Entra nas redes sociais con Facebook e Twitter	consultar	mer.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	
Video conferencia e correo electrónico	consultar	mer.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	

CULTURA DIXITAL				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Avanzado							
Usos de ordenadores e internet - grupo A	1 out. a 28 mai.	mar. e xov	17.30 a 18.30 h	72 €	144 €	86,40 €	172,80 €
Usos de ordenadores e internet - grupo B	1 out. a 28 mai.	mar. e xov	19.30 a 20.30 h	72 €	144 €	86,40 €	172,80 €
Usos de ordenadores e internet - grupo C	2 out. a 27 mai.	mer.	18.30 a 19.30 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Usos de ordenadores e internet - grupo D	4 out. a 29 mai.	ven.	11.00 a 12.00 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Uso de móbiles - grupo A	7 out. a 25 mai.	lun.	18.30 a 19.30 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Uso de móbiles - grupo B	4 out. a 29 mai.	ven.	16.30 a 17.30 h	36 €	72 €	43,20 €	86,40 €
Crea o teu blog e o teu proxecto de comunicación online	Consultar	mer.	16.30 a 17.30 h	25 €		30 €	

HÁBITOS SAUDABLES				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Benestar persoal e emocional							
Activa a túa mente: obradoiro de memoria - grupo A	7 out. a 25 mai.	lun.	17.00 a 18.00 h	33 €	66 €	39,60 €	79,20 €
Activa a túa mente: obradoiro de memoria - grupo B	7 out. a 25 mai.	lun.	18.00 a 19.00 h	33 €	66 €	39,60 €	79,20 €
Ximnasia							
Obradoiro de prevención de caídas	7 nov. a 28 mai.	xov.	18.00 a 19.00 h	33 €	66 €	39,60 €	79,20 €
Ximnasia de mantemento - grupo A	3 out. a 28 mai.	lun. e xov	9.35 a 10.25 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €

HÁBITOS SAUDABLES				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Ximnasia							
Ximnasia de mantemento - grupo B	3 out. a 28 mai.	lun. e xov	10.30 a 11.20 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Ximnasia de mantemento - grupo C	3 out. a 28 mai.	lun. e xov	11.35 a 12.25 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Amodiño: ximnasia doce	3 out. a 28 mai.	lun. e xov	12.30 a 13.20 h	48 €	96 €	57,60 €	115,20 €
Lombo saudable e educación postural	6 nov. a 27 mai.	mer.	18.00 a 19.00 h	33 €	66 €	39,60 €	79,20 €
Pilates Iniciación	2 out. a 27 mai.	mer.	10.00 a 10.50 h	43 €	86 €	51,60 €	103,20 €
Pilates intermedio	2 out. a 27 mai.	mer.	11.00 a 11.50 h	43 €	86 €	51,60 €	103,20 €
loga	1 out. a 26 mai.	mar.	9.35 a 10.25 h	43 €	86 €	51,60 €	103,20 €
Taichi - grupo A	1 out. a 29 mai.	mar. e ven.	10.30 a 11.20 h	53 €	106 €	63,20 €	126,40 €
Taichi - grupo B	1 out. a 29 mai.	mar. e ven.	11.35 a 12.25 h	53 €	106 €	63,20 €	126,40 €

VALOR DA EXPERIENCIA				SOCIOS ABANCA		SOCIOS	
Actividades	Datas	Días	Horario	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020	Out. a dec. 2019	Xan. a mai. 2020
Obradoiro de recuperación do patrimonio inmaterial e a memoria interxeracional	7 out. a 25 mai.	consultar	consultar	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Clube de lectura interxeracional: intercambio con centros educativos	13 xan. a 25 mai.	consultar	consultar	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Fálame da emigración	13 xan. a 29 mai.	consultar	consultar	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Falamos da escola	13 xan. a 29 mai.	consultar	consultar	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Obradoiro interxeracional de teatro leído	13 xan. a 29 mai.	consultar	consultar	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta
Obradoiro de contacontos interxeracionais	13 xan. a 29 mai.	consultar	consultar	gratuíta	gratuíta	gratuíta	gratuíta