



PUNIVERSIDAD
POPULAR BOLAÑOS DE CVA.

**2^a Programación
Curso 2025/26**

CURSOS Y TALLERES

PRIMAVERA 2026

Inscripciones on line en

<https://universidadpopular.bolanosdecalatrava.es>

**Desde el miércoles 14 de enero hasta el lunes 26
de enero (o agotar plazas disponibles)**

2ª PROGRAMACIÓN DE CURSOS Y ACTIVIDADES 2025-2026



INICIACIÓN A LA INFORMÁTICA		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura		1º Turno: martes y jueves de 09:30 a 11:00 2º Turno: martes y jueves de 19:30 a 21:00
MONITOR: J. Alberto Aranda		
Conceptos básicos de informática, programas de Windows (calculadora, Paint,...),funciones básicas de Word, Internet y Correo Electrónico.		

USO BÁSICO DEL WHATSAPP PARA MAYORES		MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura		
MONITOR: Técnicos en Competencias Digitales (Monitores PID).		25 febrero, de 10: a 13:00 h

PILATES		MATRÍCULA 30 €
Gimnasio Kimte´s		1º Turno: lunes y miércoles de 9:15 a 10:15 2º Turno: lunes y miércoles de 10:15 a 11:15 3º Turno: martes y jueves de 17:30 a 18:30 4º Turno: martes y jueves de 18:30 a 19:30
MONITORA: Gimnasio Kimte´s		

TALLER DE AJEDREZ		MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura		
MONITOR: José Ramón Ramírez		1º turno: martes y jueves, de 19:00 a 20:00 h 2º turno: martes y jueves, de 20:00 a 21:00 h
Dirigido a todas las edades y tanto a nivel básico como avanzado.		

REGISTRO ELECTRÓNICO DE SOLICITUDES PARA PLANES DE EMPLEO		MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura		
MONITOR: Técnicos en Competencias Digitales (Monitores PID).		4 marzo, de 10: a 13:00 h

2ª PROGRAMACIÓN DE CURSOS Y ACTIVIDADES 2025-2026



TOTAL BODY: MOVILIDAD ARTICULAR Y ESTIRAMIENTOS	MATRÍCULA 30 €
Mañanas: Gimnasio Pabellón Macarena Tardes: Gimnasio colegio Fernando III	1º Turno: martes y jueves de 11:00 a 12:30 2º Turno: martes y jueves de 19:00 a 20:30
MONITORA: Loli Almansa	
Tonifica tu cuerpo con un entrenamiento completo, trabajando los principales grupos musculares y finalizando con estiramientos y equilibrio de cargas.	

TALLER DE TEATRO Y CINE	MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	
MONITOR: Luis García	lunes y miércoles, de 20:00 a 23:00
Mediante dinámicas de risoterapia, relajación, expresión corporal, baile, música... los usuarios descubrirán y activarán todo lo necesario para participar en una representación teatral. Ya sea como actores, bailarines, cantantes...	

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	MATRÍCULA 30 €
Campo de fútbol	1º Turno: martes y jueves de 10:00 a 11:30 2º Turno: martes y jueves de 17:30 a 19:00
MONITORA: Sonia Prieto	

ZUMBA	MATRÍCULA 30 €
Campo de fútbol	1º Turno: martes y jueves de 11:30 a 13:00 2º Turno: martes y jueves de 19:00 a 20:30
MONITORA: Sonia Prieto	

MINDFULNESS Y BIENESTAR EMOCIONAL	MATRÍCULA 30 €
Casa de Cultura	
MONITOR: Dámaso Martín Aranda	Miércoles, de 19:30 a 20:30

2ª PROGRAMACIÓN DE CURSOS Y ACTIVIDADES 2025-2026



MANUALIDADES Y RECICLAJE DECORATIVO	MATRÍCULA 25 €
Bricamu (C/ Almagro)	1º Turno: martes de 17:00 a 19:00 2º Turno: miércoles de 18:00 a 20:00
MONITORA: Mª José García. Recicla objetos cotidianos a través de técnicas, como pintura en tela, pintura en cerámica, decoración de madera y cristal...	

TALLER DE HISTORIA LOCAL	MATRICULA 10€
Casa de Cultura	INICIACIÓN: jueves de 19:30 a 20:30
Monitora: Antonia González	AVANZADO: jueves de 20:30 a 21:30

CLUB DE LECTURA	MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura	Viernes de 19:15 a 20:15
Monitora: Tere Galán	

CORTE Y CONFECCIÓN	MATRÍCULA 30 €
Centro de Adultos	1º Turno: lunes y miércoles de 10:00 a 12:00 2º Turno: lunes y miércoles de 17:00 a 19:00
MONITORA: Mª del Monte	

BAILES LATINOS	MATRÍCULA 40 € (asociados) MATRÍCULA 50 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Salón del Hogar del Jubilado	INICIACIÓN: Miércoles de 21:30 a 22:30 AVANZADO: Miércoles de 22:30 a 23:30
Actividad gestionada por Asociación Bailes de Salón Virgen del Monte. Monitora: María Huertas	

BIENESTAR Y AUTOCUIDADO EMOCIONAL	MATRÍCULA 20 €
Casa de Cultura	1º Turno: Miércoles de 10:00 a 11:30 2º Turno: Miércoles de 18:30 a 20:00
MONITORA: Mª Carmen Gª Sánchez de León	
Este taller pretende cultivar el autocuidado emocional. Los participantes adquirirán herramientas para gestionar el estrés, mejorar su vitalidad y buscar su armonía personal.	

2ª PROGRAMACIÓN DE CURSOS Y ACTIVIDADES 2025-2026



PINTURA AL ÓLEO	MATRÍCULA 30 €
Centro de Adultos	1º Turno: lunes y jueves de 18:30 a 20:00 2º Turno: lunes y jueves de 20:00 a 21:30
MONITOR: Daniel Olmo	

CURSO DE COCINA	MATRÍCULA 35 € (asociados) MATRÍCULA 50 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	Miércoles, de 21:00 a 23:00
Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica Dª. Berenjena. Monitor: Julián Almansa.	

AEROFITNESS (CARDIO,STEP Y TONIFICACIÓN)	MATRÍCULA 30 €
Campo de fútbol	1º Turno: lunes de 11:00 a 12:00, miércoles y viernes, de 09:30 a 10:30 2º Turno: lunes, miércoles y viernes, de 18:30 a 19:30
MONITORA: Loli Almansa	

TALLER DE TÉCNICAS EFICACES EN LA BÚSQUEDA DE EMPLEO	MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura	(4 sesiones de 3 horas de duración, en horario de mañanas de 10:00 a 13:00 - los días 3, 5, 10 y 12 de febrero)
ESCUELA MUNICIPAL DE EMPLEO Y EMPRENDIMIENTO	
Valorable para las convocatorias de planes de empleo municipales.	

TALLER DE SCRAPBOOKING	MATRICULA 25 €
Bricamu (C/ Almagro)	1º Turno: jueves de 11:00 a 13:00 2º Turno: viernes de 17:00 a 19:00
Aprenderás a realizar diferentes proyectos como tus propios álbumes de recuerdos, tarjetas, cajas, decorar agendas y libretas, y todas aquellas ideas que puedan pasar por tu imaginación.	

2ª PROGRAMACIÓN DE CURSOS Y ACTIVIDADES 2025-2026



CATA DE VINO Y ACEITE <small>(Novedad)</small>	MATRÍCULA 20 € (asociados) MATRÍCULA 25 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	1ª cata: viernes 13 de febrero 2ª cata: viernes 13 de marzo
Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica Dª. Berenjena. Sumiller: Ana García.	

ARREGLOS DE COSTURA Y RECICLAJE DE PRENDAS DE VESTIR	MATRÍCULA: 30 €
Centro de Adultos MONITORA: Mª del Monte	Lunes y Miércoles de 19:00 A 21:00

MÉTODOS DE IDENTIFICACIÓN DIGITAL	MATRÍCULA GRATUITA
Casa de Cultura MONITOR: Técnicos en Competencias Digitales (Monitores PID).	11 de marzo, de 10:00 a 13:00 h

CURSO DE COCINA DE ARROCES <small>(Novedad)</small>	MATRÍCULA 25 € (asociados) MATRÍCULA 30 € (no asociados) (El pago se realizará en la Asociación)
Centro de Formación Polígono ind.	Los jueves 19 y 26 de febrero y 5 y 12 de marzo, de 21:00 a 23:00

Actividad gestionada por la Asociación C. y Gastronómica Dª. Berenjena. Monitor: Julián Almansa.

ACTIVA TU MENTE	MATRÍCULA 10 €
Casa de Cultura	1º Turno: lunes de 10:00 a 11:30 2º Turno: lunes de 11:30 a 12:00 3º Turno: lunes, de 19:00 a 20:30
Trabajamos las funciones cognitivas, el déficit de atención, la memoria, la creatividad, etc. Prevenimos el deterioro cognitivo y la demencia, con ejercicios de memoria y de atención.	

2ª PROGRAMACIÓN DE CURSOS Y ACTIVIDADES 2025-2026



CURSO DE FOTOGRAFÍA CREATIVA	MATRÍCULA: 30 €
Casa de Cultura	AVANZADO: martes, de 17:00 a 19:00 INICIACIÓN: martes, de 19:30 a 21:30
MONITORA: María Martín	
Se requiere Cámara digital (preferiblemente una DSLR o mirrorless).	

TALLER DE GANCHILLO Y BORDADO	MATRÍCULA 30 €
Centro de Adultos	
MONITORA: Petra Ruiz.	Martes y jueves de 17:00 A 19:00

TALLER DE JARDINERÍA Y CUIDADOS DE TUS PLANTAS <small>(Novedad)</small>	MATRÍCULA 30 €
Vivero Municipal del Polígono Industrial	
MONITOR: Antonio López.	Martes de 17:00 A 19:00

INICIACIÓN A LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL	MATRÍCULA GRATUITA
Centro Joven	
MONITOR: Técnicos en Competencias Digitales (Monitores PID).	18 de marzo, de 10:00 a 13:00 h

Mini UP

Mini UP

TALLERES PARA NIÑOS DE 6 A 14 AÑOS

TALLER DE ARTES ESCÉNICAS	MATRÍCULA 35 €
Casa de Cultura	
MONITOR: Luis García	Lunes de 17:30 A 19:30

TALLER DE DANZA	MATRÍCULA 35 €
Casa de Cultura	
MONITORA: María Huertas Téllez	Miércoles de 17:30 A 19:30

NORMAS GENERALES DE FUNCIONAMIENTO DE LOS CURSOS Y TALLERES DE LA UNIVERSIDAD POPULAR

- Con carácter general, **las clases se iniciarán a partir del 6 de febrero** y concluirán el 31 de mayo de 2026.
- El calendario lectivo coincidirá con el **calendario escolar** fijado por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha para educación primaria y secundaria.
- Será necesaria la inscripción de, al menos, **10 alumnos** para que puedan desarrollarse los cursos y talleres.
- Con carácter general, y salvo que se indique lo contrario, las actividades están dirigidas a **mayores de 16 años**, no obstante, puede plantearse la inscripción de niños de 12 a 15 años, siempre que asistan acompañados de un adulto.
- Las inscripciones se realizarán a través de enlace en la web del Ayuntamiento de Bolaños: <https://universidadpopular.bolanosdecalatrava.es>. Una vez cubierto el número máximo de plazas, se habilitará un listado de reservas, en el mismo orden de entrega
- **La devolución del importe de la matrícula** solo procederá **siempre que se soliciten antes del inicio de la actividad** y en los siguientes casos:
 - Cuando el curso o taller estuviera ya completo.
 - Cuando no se alcance el número mínimo de alumnos para iniciar el curso.
 - Cuando se hayan producido modificaciones en las condiciones previstas para el desarrollo de la actividad por causa imputable al Ayuntamiento.
- El material de uso personal de cada taller correrá a cargo de cada alumno.
- La Concejalía de Educación del Ayuntamiento de Bolaños de Cva. se reserva el derecho a realizar modificaciones sobre la programación, contenidos, horarios de los cursos o talleres, etc., en aras a optimizar el desarrollo de los mismos.

