

# **Visitas Guiadas al interior del Palacio de Monterrey**, gratuita, los **jueves** a las **11:30** y a las **12:30**, duración aproximada 40 minutos. Previa Inscripción

# **Quiromasajes....los sábados por la mañana** previa inscripción e información individualizada

# **iMe separo! ¿y ahora qué?** un espacio donde las personas separadas puedan hablar su mismo idioma, conjuntamente con la Universidad de Salamanca... *Viernes 19h*

# **SERVICIO DE ASESORÍA JURÍDICA.** Un **abogado** ofrece Información y orientación jurídica: Preferentes-conveniencia- economía-seguro-vivienda-vehículo *Previa Cita...*

# **ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA E INFORMACIÓN SOBRE MEDIACIÓN FAMILIAR** Un psicólogo y mediador familiar te orienta sobre tus dificultades personales, familiares o de pareja *Previa petición de cita*

# **RECOGIDA DE TELEFONOS MÓVILES USADOS.** para que sus materiales puedan ser reutilizados. En colaboración con la Fundación Allegro

# **Se recogen mantas -toallas-sábanas usadas y comida para perros o gatos abandonados.** En colaboración con la Fundación Luna,

#**Próximo evento**  
**Camillada—Castañada. Llevar la mesa camilla, se invita a castañas asadas**  
Sábado 8 de noviembre

### # PRÓXIMOS VIAJES

**Lisboa y Sintra**, 5 al 8 diciembre. Comienzo inscripciones a partir del 28 de octubre

Salida 16h



**ZOES**  
*Asociación de Vecinos*  
**BARRIO OESTE**

**¡¡¡Haciendo Barrio  
Haciendo Ciudad!!!**



## Información y Atención Directa

Lunes a jueves 19.30 a 20.30  
Calle Valle Inclán 8 Barrio del Oeste

**Teléfono 923220589**

**www.zoes.es | zoes@zo.es**

**FB Asociación Vecinos ZOES**

**Twitter @ZOESvecinal**



**Ayuntamiento  
de Salamanca**

# **AQUAGYM Piscina Garrido**  
L, X y V 20:15 - 21 / M y J 11:45-12:30

# **AJEDREZ** J 17h

# **ALEMÁN** V Inic. 18-19:30 / Perf.19:30-21

# **ÁRABE** M 18:30-20:15 perf 20:15-21:45 Inic

# **AULA DE ARTE –Historia del Arte**

Nivel I, **Qué es el Arte? Egipto, Grecia Roma...** -M 20:10-21:45

Nivel II, **Románico. Desde Zamora hasta Santiago, El cister, Cátaros Templarios...** X 20:10-21:45

Nivel III, **El Barroco. Plaza Mayor Salamanca, Velazquez...** J 20:10-21:45

# **AULA DE COCINA** X 17:30

# **BAILES CHARROS** L y X 20:30-21:30

# **BAILES LATINOS**  
L 20:30-22 perf. / X 20:30-22

# **BAILES DE SALÓN**  
M 20:30-22 inic / J 20:30-22 perf

# **BATUKA** L y X 18 - 19

# **BOLLYWOOD** M y J 20-21

# **CHINO ADULTOS** X 20-21:30

# **COCINA** J 18 - 20

# **COUNTRY** V 16 - 17



# **CORTE Y CONFECCIÓN**  
L 11 -13/ M 16 -18/ V 16-18

# **CORO MÚSICA MODERNA** V 18-19:30

# **COSTURAE O DE RECICLAJE / PATCH-  
WORK** M 17-19

# **DANZA DEL VIENTRE** MyJ 19 - 20 / V 17-19

# **ENCAJE DE BOLILLOS** J 16-18

# **ENCUADERNACIÓN** J 18 - 20

# **FOTOGRAFIA** M 18-20 / V 20-22

# **GIMNASIA CUERPO Y MENTE** M y J 18-19

# **INGLÉS Niños** 17 -18 L y X

# **INGLES Adultos para Viajes**

L y X 10-11 (inic)

L y X 11-12 (Nivel 0 Inic)

L y X 16-17 (nivel intermedio-alto)

L y X 18-19 (nivel intermedio-bajo)

L y X 19-20 (nivel avanzado )

M y J 20-21 (nivel 0 Inici )

M y J 21-22 (Inic)

# **INTELIGENCIAS MÚLTIPLES V** 16:30-18

# **MEMORIA** L y X 12-13

# **MINDFULNES** L 20:10 -21:10 / S 10 - 11  
primer nivel/ 11-12 segundo nivel

# **NATACIÓN. -Piscina de Garrido**  
**Adultos Perf** S 16:15 -17  
**Adultos Inic** S 16:15- 17/L X V 21- 21:45

# **PATCHWORK /COSTUREO DE RECICLJE**  
M 17-19

# **PILATES**  
L , X ,V 9-10 / 10-11  
L y X 11-12/16-17/17-18/ 20-21/ 21-22  
M y J 9-10/11-12/ 17-18/21-22

# **PINTURA al OLEO**  
L 16-18 /18-20/20-22  
M 10-12/ 12-14  
X 10-12/12-14/16-18/18-20/20-22  
Niños 10-11:30/ 11:30-13 sábado

# **PSICOMOTRICIDAD** L y X 11-12

# **QUEDAMOS Y PUNTO (para hacer punto y  
ganchillo)** V 18:15-20

# **10 REGLAS PARA ATRAPAR LA  
FELICIDAD** Sábado 11:15-12:15

# **REIKI** apúntate previamente

# **RESTAURACIÓN** L 12-14 y V 16-18 /18-20

# **RUNNING** L X V 20;30

# **TAICHI-CHUAN-CHIKUNG** L y X 17-18  
M y J 11-12/12-13 (2º nivel) /18-19

# **TEATRO** M ó J 19-20.30 adultos

# **TEATRO BILINGÜE** S 11.30-13

# **YOGA** L y X 12-13/ 18:30-19:30/ 19:30-  
20:30 ; M y J 9-10

# **YOGUILATES** M y J 10-11

# **ZUMBA** M y J 12-13 /L y X 19-20 V 19-21

L-Lunes, M-Martes, X-Miércoles, J-Jueves, V-Viernes, S-Sábado