OTOÑO... EN LA CASA DE LA JUVENTUD PAMPLONA

UDAZKENA... GAZTEDIAREN ETXEAN IRUÑA

2022

DL NA 1841-2018

LG NA 1841-2018

C/ Sangüesa 30 • 31005 Pamplona (Navarra)
Teléfono: 948 233 512
www.pamplonajoven.es
casajuventud@casajuventud .com

Ayuntamiento de Pamplona | Iruñeko Udala
Casa de la Juventud | Gaztediaren Etxea
Pamplona Joven | Iruña Gaztea

Zangotza, 30 • 31005 Iruña (Nafarroa)
Telefonoa: 948 233 512
www.pamplonajoven.es
casajuventud@casajuventud .com

CURSOS CULTURALES Y DE DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL / KULTUR IKASTAROAK ETA GARAPEN PERTSONAL ETA PROFESIONALA

ACTIVIDAD	DÍAS	HORAS	DURACIÓN	DE 14 A 17 AÑOS	DE 18 A 30 AÑOS	EKINTZA	EGUNAK	ORDUA	IRAUPENA	14tik 17 URTEAK ARTE	18tik 30 URTEAK ARTE
APRENDIENDO A COMUNICARNOS Y A MANEJAR CONFLICTOS*	L	19:30 - 20:50	03/10/22 - 31/10/22	0 €	0 €	KOMUNIKATZEN ETA GATAZKAK MANEIATZEN IKASTEN *	Al.	19:30 - 20:50	22/10/03 – 22/10/31	0 €	0 €
AUTOCONTROL EMOCIONAL Y CONDUCTUAL*	L	19:30 - 20:50	07/11/22 - 28/11/22	0 €	0 €	AUTOKONTROL EMOZIONALA ETA JOKABIDEZKOA*	Al.	19:30 - 20:50	22/11/07 – 22/11/22	0 €	0 €
CREA Y DECORA TODO TIPO DE OBJETOS CON RESINA (EUSKERA)	M	19:00 - 20:50	08/11/22 - 27/12/22	10,80 €	13,20 €	ERRETXINA DUTEN MOTA GUZTIETAKO OBJEKTUAK SORTU ETA APAINDU (EUSKARA)	As.	19:00 - 20:50	22/11/08 – 22/12/27	10,80 €	13,20 €
BORDADO CREATIVO: TUS PRIMERAS PUNTADAS	M	18:00 - 19:50	27/09/22 - 27/12/22	21,60 €	26,40 €	BRODAKETA SORTZAILEA: ZURE LEHEN PUNTADAK	As.	18:00 - 19:50	22/09/27 – 22/12/27	21,60 €	26,40 €
TALLER DE CERÁMICA DE SECADO AL AIRE*	X	19:00 - 20:50	02/11/22 - 14/12/22	10,80 €	13,20 €	AIRE BIDEZKO LEHORTZE-ZERAMIKAKO TAILERRA*	Az.	19:00 - 20:50	22/11/02 – 22/12/14	10,80 €	13,20 €
COCINA PARA JÓVENES INDEPENDIENTES	J	19:00 - 20:50	22/09/22 - 15/12/22	38,40 €	45,60 €	SUKALDARITZA GAZTE BURUJABEENTZAT	Og.	19:00 - 20:50	22/09/22 – 22/12/15	38,40 €	45,60 €
DISEÑO DE MODA: TRANSFORMA, CORTA Y COSE	J	18:00 - 19:50	29/09/22 - 22/12/22	21,60 €	26,40 €	MODA DISEINUA: ERALDATU, MOZTU ETA JOSI	Og.	18:00 - 19:50	22/09/29 – 22/12/22	21,60 €	26,40 €
TALLER DE RETRATO Y PINTURA	S	12:00 - 13:50	24/09/22 - 17/12/22	21,60 €	26,40 €	ERRETRATU ETA PINTURA TAILERRA	Lr.	12:00 - 13:50	22/09/24 – 22/12/17	21,60 €	26,40 €
CREA, PRODUCE Y GRABA TUS PRIMERAS CANCIONES*	S	11:00 - 13:50	22/10/22 - 17/12/22	21,60 €	26,40 €	SORTU, EKOIZTU ETA GRABATU ZURE LEHEN ABESTIAK *	Lr.	11:00 - 13:50	22/10/22 – 22/12/17	21,60 €	26,40 €

ESTÉTICA Y BIENESTAR / ESTETIKA ETA ONGIZATEA

PLANTAS MEDICINALES DE OTOÑO	L-X	18:00 - 20:50	03/10/22 - 31/10/22	21,60 €	26,40 €	UDAZKENEKO SENDABELARRAK	Al.- Az.	18:00 - 20:50	22/10/03 – 22/10/31	21,60 €	26,40 €
YOGA	L-X	19:00 - 19:50	26/09/22 - 19/12/22	21,60 €	26,40 €	YOGA	Al.- Az.	19:00 - 19:50	22/09/26 – 22/12/19	21,60 €	26,40 €
PILATES	L-X	19:00 - 19:50	19/09/22 - 19/12/22	21,60 €	26,40 €	PILATES	Al.- Az.	19:00 - 19:50	22/09/19 – 22/12/19	21,60 €	26,40 €
MAQUILLAJE Y ESTÉTICA	J	19:00 - 20:50	22/09/22 - 15/12/22	21,60 €	26,40 €	MAKILLAJEA ETA ESTETIKA	Og.	19:00 - 20:50	22/09/22 – 22/12/15	21,60 €	26,40 €

ACTIVIDADES DEPORTIVAS / KIROL EKINTZAK

GAP	L-X	18:00 - 18:50	19/09/22 - 19/12/22	21,60 €	26,40 €	GAP	Al.- Az.	18:00 - 18:50	22/09/19 – 22/12/19	21,60 €	26,40 €
ZUMBA	L-X	18:00 - 18:50	19/09/22 - 19/12/22	21,60 €	26,40 €	ZUMBA	Al.- Az.	18:00 - 18:50	22/09/19 – 22/12/19	21,60 €	26,40 €
TONIFICACIÓN FUNCIONAL*	L-X	19:00 - 19:50	19/09/22 - 19/12/22	21,60 €	26,40 €	BIZKORTZE FUNTZIONALA*	Al.- Az.	19:00 - 19:50	22/09/19 – 22/12/19	21,60 €	26,40 €
CIRCUITO DE TONIFICACIÓN*	L-X	20:00 - 20:50	19/09/22 - 19/12/22	21,60 €	26,40 €	BIZKORTZE ZIRKUITUA*	Al.- Az.	20:00 - 20:50	22/09/19 – 22/12/19	21,60 €	26,40 €
CORE*	L	21:00 - 21:50	19/09/22 - 12/12/22	10,80 €	13,20 €	CORE*	Al.	21:00 - 21:50	22/09/19 – 22/12/12	10,80 €	13,20 €
HIPOPRESIVOS+CORE	X	20:00 - 20:50	21/09/22 - 21/12/22	10,80 €	13,20 €	HIPOPRESIBOAK+CORE	Az.	20:00 - 20:50	22/09/21 – 22/12/21	10,80 €	13,20 €
TONIFICACIÓN FUNCIONAL (EUSKERA)	M-J	18:00 - 18:50	20/09/22 - 22/12/22	21,60 €	26,40 €	BIZKORTZE FUNTZIONALA (EUSKARA)	As.-Og.	18:00 - 18:50	22/09/20 – 22/12/22	21,60 €	26,40 €
PUMP*	M-J	19:00 - 19:50	20/09/22 - 22/12/22	21,60 €	26,40 €	PUMP*	As.-Og.	19:00 - 19:50	22/09/20 – 22/12/22	21,60 €	26,40 €
DANZA FIT	M-J	20:00 - 20:50	20/09/22 - 22/12/22	21,60 €	26,40 €	DANZA FIT	As.-Og.	20:00 - 20:50	22/09/20 – 22/12/22	21,60 €	26,40 €
ENTRENAMIENTO CON STEP*	M-J	20:00 - 20:50	20/09/22 - 22/12/22	21,60 €	26,40 €	ENTRENAMENDUA STEPAREKIN*	As.-Og.	20:00 - 20:50	22/09/20 – 22/12/22	21,60 €	26,40 €
EJERCICIOS DE ALTA INTENSIDAD PARA PRINCIPIANTES (EUSKERA)	M	21:00 - 21:50	20/09/22 - 27/12/22	10,80 €	13,20 €	INTENTSITATE HANDIKO ARIKETAK HASIBERRIENTZAT (EUSKARA)	As.	21:00 - 21:50	22/09/20 – 22/12/27	10,80 €	13,20 €

DANZA Y EXPRESIÓN / DANTZA ETA ESPRESIOA

BAILES LATINOS I	L	20:00 - 21:50	19/09/22 - 05/12/22	21,60 €	26,40 €	LATINDAR DANTZAK I	Al.	20:00 - 21:50	22/09/19 – 22/12/05	21,60 €	26,40 €
BAILES LATINOS II	J	19:00 - 20:50	22/09/22 - 15/12/22	21,60 €	26,40 €	LATINDAR DANTZAK II	Og.	19:00 - 20:50	22/09/22 – 22/12/15	21,60 €	26,40 €
DANCEHALL	X	20:00 - 21:50	21/09/22 - 21/12/22	21,60 €	26,40 €	DANCEHALL	Az.	20:00 - 21:50	22/09/21 – 22/12/21	21,60 €	26,40 €
DANZA CONTEMPORÁNEA Y MODERNA	X	18:00 - 18:50	21/09/22 - 21/12/22	10,80 €	13,20 €	DANTZA GARAIKIDEA ETA MODERNOA	Az.	18:00 - 18:50	22/09/21 – 22/12/21	10,80 €	13,20 €
HIPHOP (NEW STYLE)	L	20:00 - 21:50	19/09/22 - 05/12/22	21,60 €	26,40 €	HIPHOP (NEW STYLE)	Al.	20:00 - 21:50	22/09/19 – 22/12/05	21,60 €	26,40 €
K - POP	V	18:00 - 19:50	23/09/22 - 09/12/22	21,60 €	26,40 €	K - POP	Or.	18:00 - 19:50	22/09/23 – 22/12/09	21,60 €	26,40 €
AFRODANCE	V	20:00 - 21:50	23/09/22 - 09/12/22	21,60 €	26,40 €	AFRODANCE	Or.	20:00 - 21:50	22/09/23 – 22/12/09	21,60 €	26,40 €
COMERCIAL DANCE	V	20:00 - 21:50	23/09/22 - 09/12/22	21,60 €	26,40 €	COMERCIAL DANCE	Or.	20:00 - 21:50	22/09/23 – 22/12/09	21,60 €	26,40 €
TEATRO	X	18:00 - 19:50	21/09/22 - 21/12/22	21,60 €	26,40 €	ANTZERKIA	Az.	18:00 - 19:50	22/09/21 – 22/12/21	21,60 €	26,40 €

TALLERES GRATUITOS DE INFORMÁTICA / INFORMATIKAKO DOAKO MINTEGIAK

OCTUBRE						URRIA					
CREACIÓN DE CARTELES CON CANVA	M -J	19:30 - 21:20	4 y 6 de octubre	0 €	0 €	IKASI CANVAREKIN KARTELAK EGITEN	As.-Og.	19:30 - 21:20	Urriak 4 eta 6	0 €	0 €
APRENDE A EDITAR IMÁGENES ONLINE	M -J	19:30 - 21:20	11 y 13 de octubre	0 €	0 €	IKASI IRUDIAK ONLINE EDITATZEN	As.-Og.	19:30 - 21:20	Urriak 11 eta 13	0 €	0 €
DOCUMENTOS DE GOOGLE	M -J	19:30 - 21:20	18 y 20 de octubre	0 €	0 €	GOOGLEREN DOKUMENTUAK	As.-Og.	19:30 - 21:20	Urriak 18 eta 20	0 €	0 €
HOJAS DE CÁLCULO DE GOOGLE	M-J	19:30 - 21:20	25 y 27 de octubre	0 €	0 €	GOOGLEREN KALKULU-ORRIAK	As.-Og.	19:30 - 21:20	Urriak 25 eta 27	0 €	0 €
NOVIEMBRE						AZAROA					
CÓMO HACER FORMULARIOS O ENCUESTAS PERSONALIZADAS CON GOOGLE FORMS	J	19:30 - 21:20	3 de noviembre	0 €	0 €	NOLA EGIN FORMULARIO EDO INKESTA PERTSONALIZATUAK GOOGLE FORMSEKIN	Og.	19:30 - 21:20	Azaroak 3	0 €	0 €
CÓMO HACER UN CURRÍCULUM VITAE	M -J	19:30 - 21:20	8 y 10 de noviembre	0 €	0 €	NOLA EGIN CURRICULUM VITAE BAT	As.-Og.	19:30 - 21:20	Azaroak 8 eta 10	0 €	0 €
RECOMENDACIONES PARA EL MANTENIMIENTO DE TU PC	M -J	19:30 - 21:20	15 y 17 de noviembre	0 €	0 €	ZURE PCA MANTENTZEKO GOMENDIOAK	As.-Og.	19:30 - 21:20	Azaroak 15 eta 17	0 €	0 €
CONOCE LAS DISTINTAS APLICACIONES DE GOOGLE	M -J	19:30 - 21:20	22 y 24 de noviembre	0 €	0 €	EZAGUTU GOOGLEREN APLIKAZIOAK	As.-Og.	19:30 - 21:20	Azaroak 22 eta 24	0 €	0 €
DICIEMBRE						ABENDUA					
APRENDE A HACER PRESENTACIONES CON GENIALLY	M-J	19:30 - 21:20	13 y 15 de diciembre	0 €	0 €	IKASI AURKEZPENAK EGITEN GENIALLYREKIN	As.-Og.	19:30 - 21:20	Abenduak 13 eta 15	0 €	0 €

*Monitor/a bilingüe (castellano/euskera)

*Monitore elebiduna (gaztelera/euskara)

Plazo de inscripción hasta el 16/09/22
-Jóvenes de 14 a 30 años **empadronados en Pamplona o con centro de estudios en Pamplona a partir del 23/08/22**
-Resto de jóvenes y personas de 31 a 35 años a partir del 29/08/22
No se devolverá el importe de la matrícula si no se avisa al menos con cinco días de antelación al comienzo del curso:
No olvides traer tu DNI al matricularte:
Horario: De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas y de 17:00 a 22:00 horas.
Sábados de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:00 horas.
Domingos de 10:00 a 14:00 horas.
Horario de verano (julio y agosto): De lunes a viernes de 10:30 a 13:30 horas y de 17:00 a 22:00 horas.

Ayuntamiento de Pamplona | Iruñeko Udala
Casa de la Juventud | Gaztediaren Etxea

Izena emateko epea 22/09/16ra arte
-**Iruñean erroldatutako edo ikastetxea Iruñean** duten 14-30 urteko gazteak **22/08/23tik aurrera**.
-**Gainerako** gazteak eta **31 eta 35 urte** bitartekoak **22/08/29**tik aurrera
Ikastaroa hasi baina bost egun lehenago gutxienez ez bada abisatzen, ez da matrikularen zenbatekoa itzuliko:
Matrikulatzerakoan ez ahaztu zure N.A.N-a ekartzea
Ordutegia: Astelehenetik ostiralera 9:00etatik 14:00etara eta 17:00etatik 22:00etara.
Larunbatak 10:00etatik 14:00etara eta 17:00etatik 21:00etara.
Igandeak 10:00etatik 14:00etara.
Udako ordutegia (uztaila eta abuztua): Astelehenetik ostiralera 10:30etatik 13:30etara eta 17:00etatik 22:00etara.