



**Centro de
la mujer**

C/Instinción s/n - 04006 Almería
centromujer.molinos@aytoalmeria.es
Tlf: 950 047 236

CENTRO DE LA MUJER

DEL 12 DE ENERO AL 27 DE MARZO 2026

LOS MOLINOS



ALMERÍA
CIUDAD

ACTIVIDAD FÍSICA SALA 1

Aerozumba - 44,77€

Lunes y miércoles 9:30 a 10:30h
Lunes y miércoles 17:30 a 18:30h
Martes y jueves 10:30 a 11:30h
Martes y jueves 17:30 a 18:30h

Stretching - 44,77€

Lunes y miércoles 10:30 a 11:30h
Martes y jueves 9:30 a 10:30h

Pilates (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 11:30 a 12:30h

Meditación y gimnasia

terapeútica (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 16:30 a 17:30h

Cardio dance - 44,77€

Lunes y miércoles 18:30 a 19:30h
Martes y jueves 19:30 a 20:30h

Dance fit - 44,77€

Lunes y miércoles 19:30 a 20:30h
Martes y jueves 18:30 a 19:30h

Salsa y bachata II (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 20:30 a 21:30h
Viernes 18:30 a 20:30h

Salsa y bachata I (mixto) - 44,77€

Martes y jueves 20:30 a 21:30h

Gim. senior (mixto) - 44,77€

Martes y jueves 11:30 a 12:30h
Bailes latinos II (mixto) - 44,77€

Martes y jueves 16:30 a 17:30h

Gimnasia de mantenimiento

+stretching - 44,77€

Viernes 9:30 a 11:00h

Sevillanas (mixto) - 44,77€

Viernes 11:30 a 13:30h

ACTIVIDAD FÍSICA SALA 2

Pilates - 44,77€

Lunes y miércoles 9:30 a 10:30h

Lunes y miércoles 12:30 a 13:30h

Lunes y miércoles 16:30 a 17:30h

Martes y jueves 9:30 a 10:30h

Martes y jueves 12:30 a 13:30h

Martes y jueves 16:30 a 17:30h

Martes y jueves 19:30 a 20:30h

Pilates (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 18:30 a 19:30h

Tonificación y GAP (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 17:30 a 18:30h

Yogalates - 44,77€

Lunes y miércoles 10:30 a 11:30h

Lunes y miércoles 11:30 a 12:30h

Martes y jueves 11:30 a 12:30h

Martes y jueves 17:30 a 18:30h

Danza pilates - 44,77€

Martes y jueves 10:30 a 11:30h

Flamenco (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 19:30 a 20:30h

Sevillanas inicio (mixto) - 44,77€

Lunes y miércoles 20:30 a 21:30h

Gap core - 44,77€

Martes y jueves 18:30 a 19:30h

Cardio combat - 44,77€

Martes y jueves 20:30 a 21:30h

Gym senior (mixto) - 44,77€

Viernes 9:30 a 11:30h

Yoga - 44,77€

Viernes 16:30 a 18:30h

Pilates - 44,77€

Viernes 18:30 a 20:30h

MATRÍCULA PRESENCIAL.

Lunes a viernes, de 8:30 a 13:30h

MATRÍCULA ONLINE.

Desde las 8:30h

Desde el 22 de diciembre hasta completar aforo.



SOMOS PUNTO VIOLETA

DE ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE
VIOLENCIA MACHISTA

SERVICIO DE ÁREA INFANTIL GRATUITO.

En horario de tarde. De 3 a 12 años.

TALLERES MIXTOS

Memoria - 37,51€

Lunes 9:30 a 11:30h

Lunes 9:30 a 11:30h

Corte y confección inicio - 44,77€

Lunes 11:30 a 13:30h

Martes 19:00 a 21:00h

Miércoles 17:00 a 19:00h

Corte y confección avanzado - 44,77€

Martes 17:00 a 19:00h

Miércoles 11:30 a 13:30h

Miércoles 19:00 a 21:00h

Meditación y manejo del estrés - 37,51€

Lunes 18:30 a 20:30h

Meditación y gimnasia

terapeútica - 44,77€

Martes y jueves 9:30 a 10:30h

Meditación y gimnasia

terapeútica - 44,77€

Martes y jueves 9:30 a 10:30h

Gestión emocional - 37,51€

Miércoles 9:30 a 11:30h

Manualidades, artes decorativas y macramé - 44,77€

Jueves 16:30 a 18:30h

Patwork y costura creativa - 44,77€

Jueves 18:30 a 20:30h

Dibujo y pintura - 52,03€

Miércoles 9:30 a 12:30h

Viernes 9:30 a 12:30h

Guitarra I - 44,77€

Martes 19:00 a 21:00h

Guitarra II - 44,77€

Viernes 18:30 a 20:30h

Fotografía inicio - 52,03€

Viernes 16:30 a 18:30h

Fotografía avanzada - 52,03€

Viernes 18:30 a 20:30h

Música - Emoción - 37,51€

Lunes 11:30 a 13:30h

INFORMÁTICA MIXTA

Informática para facilitarte la vida - 52,03€

Jueves 10:30 a 12:30h

Uso del teléfono móvil I - 52,03€

Jueves 17:00 a 19:00h

INGLÉS MIXTO

Inglés 0 - 44,77€

Martes y jueves 12:30 a 13:30h

Lunes y miércoles 19:00 a 20:00h

Inglés 1 - 44,77€

Martes y jueves 11:30 a 12:30h

Inglés 2 - 44,77€

Lunes y miércoles 18:00 a 19:00h

Inglés 3 - 44,77€

Martes y jueves 10:30 a 11:30h

Lunes y miércoles 17:00 a 18:00h

¿QUÉ ES UN BDT?



Infórmate y descubre cómo realizar múltiples actividades cambiando tiempo por tiempo. Es el primer banco que funciona sin dinero. Únicamente puedes depositar tiempo que podrás intercambiar con el de otros a través de la prestación de servicios, intercambio de habilidades o conocimientos. No supone realizar una actividad continua, son intercambios puntuales, pero aportan tiempo, sabiduría, compañía, confianza... Para participar contáctanos en el 950 210 073, 677 535 970 o escríbenos al email bdtalmeria@aytoalmeria.es

Regístrate como usuaria/o para inscribirte online en los cursos y consulta actividades complementarias en www.mujeralmeria.es



El Centro de la Mujer se reserva el derecho a realizar variaciones en los grupos en función de la demanda y las matriculaciones.



Disponemos de plazas para hombres en las actividades denominadas como mixtas.



Precios por programación.

NUESTRAS REDES SOCIALES



Centro de la Mujer Almería



@centromujeralmeria