

## FAMILIAS

### Acampa en CIVICAN. Animales fantásticos

Lunes a viernes, de 9:00 a 14:00 \*

Grupo A: de 4 a 6 años

Grupo B: de 7 a 10 años

TANDA 1 5 a 9 agosto 68€	TANDA 2 12 a 16 agosto 60€
TANDA 3 19 a 23 agosto 68€	TANDA 4 26 a 30 agosto 68€

\* Servicio de conciliación familiar de 8:30 a 9:00 y de 14:00 a 15:00

### LAB 0-3

Espacio de formación, aprendizaje y exploración para familias con bebés de 0 a 3 años

#### Aprende jugando

Dirigido a público de primera infancia, de 2 a 3 años, acompañados de una persona adulta

Imparte: Leticia Urdaci, educadora

Miércoles 11 de septiembre, de 18:00 a 19:00

Inscripción: 15€ *por unidad familiar*

#### Musicaricias

Dirigido a público de primera infancia, de 1 a 9 meses, acompañados de una persona adulta

Imparte: Isabel Laranjeira, musicoterapeuta

Jueves 19 y 26 de septiembre, de 18:00 a 19:00

Inscripción: 30€ *por unidad familiar*

## SOLIDARIDAD

### Comunicación para la transformación social

Dirigido a profesionales del tercer sector, comunidad educativa y personas interesadas en la comunicación

Imparte: Berta Bernarte, experta en comunicación

3 a 10 septiembre. Martes de 17:00 a 19:30

2 sesiones de 2h 30m [5h]

Inscripción: 25€

## CULTURA

### (Oraindik) idatzi ez dudana (EUSKERA)

Dirigido a público joven y adulto interesado en la poesía

Imparte: Irati Iturritza, poeta

7 a 28 agosto. Miércoles, de 18:00 a 20:00

4 sesiones de 2h [8h]

Inscripción: 40€

Curso dirigido a todas aquellas personas que no sean poetas, o que no quieran acercarse a un poema porque piensan que debe rimar siempre, o que estén cansadas de poner un poema sobre la mesa de operaciones y diseccionarlo.

### A quién le importa lo que yo diga

Dirigido a público adulto interesado en el género autobiográfico

Imparte: Patxi Irurzun, escritor

2 a 23 septiembre. Lunes de 10:00 a 12:00

4 sesiones de 2h [8h]

Inscripción: 40€

El diario, las memorias, la autoficción... El escritor Patxi Irurzun aportará las claves y supervisará una serie de ejercicios prácticos para iniciarse en la escritura autobiográfica, un género literario en boga.

### Historias dobladas

Curso de iniciación al doblaje dirigido a público joven y adulto interesado en el cine y en el doblaje cinematográfico

Imparte: Iker Bengoetxea, actor de doblaje

16 a 30 septiembre. Lunes de 18:00 a 20:30

3 sesiones de 2h 30m [7h 30m]

Inscripción: 50€

Se aprenderán nociones básicas de interpretación y sincronía, adquiriendo conocimientos generales sobre el doblaje y se complementará con prácticas en las que se aprenderán los códigos de tiempos, gestos, voz, tonos, etc. Los ejercicios se podrán realizar en castellanos o en euskera según la elección del alumno o alumna.

### Producción musical con Ableton Live

Taller de iniciación dirigido a público joven y adulto interesado en la producción musical

Imparte: Ioan Gamboa, productor musical

28 septiembre. Sábado de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00

1 sesión de 8h [8h]

Inscripción: 40€

Este curso está orientado a la producción de un tema de música electrónica siguiendo todos los pasos y procesos involucrados en la construcción y finalización de un tema musical y utilizando como herramienta el programa *Ableton Live*.

Son necesarios conocimientos previos de informática y se recomienda traer ordenador portátil.

## SALUD Y BIENESTAR

### Aerobic para mayores

Dirigido a personas adultas, mayores de 60 años  
 Imparte: Elisa Rubio, Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
 3 a 26 septiembre. Martes y jueves de 10:30 a 11:30  
 8 sesiones de 1h [8h]  
 Inscripción: 30€

### G.A.P.

Dirigido a personas jóvenes y adultas  
 Imparten: Katrin Novillo, monitora titulada  
 3 a 24 septiembre. Martes de 18:30 a 19:30  
 4 sesiones de 1h [4h]  
 Inscripción: 20€

### Método hipopresivo

Dirigido a personas adultas  
 Imparte: Itziar Arrastia, trainer oficial de Método Hipopresivo

**GRUPO 1**  
 2 a 23 septiembre  
 Lunes, de 18:45 a 19:30  
 4 sesiones de 45m [3h]  
 Inscripción: 20€

**GRUPO 2**  
 4 a 25 septiembre  
 Miércoles, de 18:45 a 19:30  
 4 sesiones de 45m [3h]  
 Inscripción: 20€

### Pilates

Para personas mayores de 15 años  
 Imparte: Elisa Rubio, diplomada en método Pilates

**GRUPO 1**  
 5 a 28 agosto  
 Lunes y miércoles, de 20:00 a 21:00  
 8 sesiones de 1h [8h]  
 Inscripción: 55€

**GRUPO 2**  
 2 a 25 septiembre  
 Lunes y miércoles, de 20:00 a 21:00  
 8 sesiones de 1h [8h]  
 Inscripción: 55€

### Yoga

Dirigido a personas jóvenes y adultas  
 Imparten: Ai Tomomatsu (A) y Cristina Zalba (B), monitoras de yoga

**GRUPO A1**  
 5 a 28 agosto  
 Lunes y miércoles, de 20:00 a 21:00  
 8 sesiones de 1h [8h]  
 Inscripción: 45€

**GRUPO A2**  
 2 a 25 septiembre  
 Lunes y miércoles, de 20:00 a 21:00  
 8 sesiones de 1h [8h]  
 Inscripción: 45€

**GRUPO B1**  
 6 a 29 agosto  
 Martes y jueves, de 19:00 a 20:00  
 7 sesiones de 1h [7h]  
 Inscripción: 40€

**GRUPO B2**  
 3 a 26 septiembre  
 Martes y jueves, de 19:00 a 20:00  
 8 sesiones de 1h [8h]  
 Inscripción: 45€

### Zumba

Dirigido a personas jóvenes y adultas  
 Imparten: María José Andrés (A1 y B1) y Purificación Morales (A2 y B2)

**GRUPO A1**  
 6 a 27 agosto  
 Martes, de 20:00 a 21:00  
 4 sesiones de 1h [4h]  
 Inscripción: 20€

**GRUPO A2**  
 3 a 24 septiembre  
 Martes, de 20:00 a 21:00  
 4 sesiones de 1h [4h]  
 Inscripción: 20€

**GRUPO B1**  
 8 a 29 agosto  
 Jueves, de 20:00 a 21:00  
 3 sesiones de 1h [3h]  
 Inscripción: 15€

**GRUPO B2**  
 5 a 26 septiembre  
 Jueves, de 20:00 a 21:00  
 4 sesiones de 1h [4h]  
 Inscripción: 20€

La inscripción se realizará a través de un sorteo. El plazo para inscribirse al sorteo será del lunes 3 de junio (09:00) al miércoles 5 de junio (21:00) y podrá realizarse en CIVICAN, en Línea Fundación Caja Navarra (948 222 444) y en la web [www.fundacioncajanavarra.es](http://www.fundacioncajanavarra.es)  
 El lunes 10 de junio se realizará un sorteo público en CIVICAN en el que se adjudicarán las plazas. Los números con plaza adjudicada se publicarán en la página web [www.fundacioncajanavarra.es](http://www.fundacioncajanavarra.es) y a las personas usuarias se les enviará un SMS.  
 A partir del 14 de junio se abrirá un período de inscripciones con adjudicación directa de las plazas vacantes.