

A Per a infants i joves

TEATRE

De 7 a 11 anys

• Dijous, de 18.15 a 19.45 h

• Inscripció: 18 €
• Preu: 35 €

Talleristes: Eva Iglesias i Marta Altimira

De 12 a 14 anys

• Dimecres, de 18.00 a 20.00 h

De 15 a 17 anys

• Dilluns, de 18.30 a 20.30 h

• Inscripció: 18 €
• Preu: 42 €

Talleristes: Eva Iglesias, Marta Altimira i Marta Sorribas

Combinarem diverses tècniques teatrals i treballarem tots els aspectes de la interpretació. El curs finalitza amb una representació final a **Lluïsos Teatre**.

GUIARRA

A partir de 7 anys

• Dimecres, a les 17.30 h
• Dijous, a les 17.00 h

• Preu: 60 €

Mètode eficaç i divertit per aprendre música, a tocar la guitarra i a interpretar partitures. Explorarem les diferents possibilitat que ens ofereix aquest instrument. Classes de 50 minuts compartides entre 2 i 4 alumnes.

Tallerista: Cèsar Canut

PIANO I LENGUATGE MUSICAL

A partir de 6 anys

• Dimecres, (1 hora a concretar entre les 17 i les 19h)

• Preu: 50 €

Volem que l'aprenentatge de la música i de l'instrument et sigui fàcil i divertit, amb una dinàmica de petit grup i molt propera.

Tallerista: Mireia Cereza

MÚSICA I MOVIMENT EN FAMÍLIA

De 6 a 18 mesos (Grup en família)

• Dimarts, de 17.15 a 18.00 h

De 18 mesos a 3 anys (Grup en família)

• Dimecres, de 17.30 a 18.15 h

De 4 a 5 anys (Grup sense els adults)

• Dimarts, de 18.05 a 18.55 h

• Inscripció: 40 € (20 € segon germà)
• Preu: 40 € (35 € segon germà)

Un taller per viure la música a través del joc i l'experimentació, creant un ambient de respecte i confiança. Es reforçarà el desenvolupament musical i creatiu dels infants i el vincle familiar.

Tallerista: Esther Westermeyer

JUDO

De 4 a 6 anys

• Dilluns i/o dimecres, de 17.30 a 18.30 h

De 7 a 9 anys

• Dilluns, de 18.30 a 19.30 h
• Dimarts i/o dijous, de 17.30 a 18.30 h

De 10 a 12 anys

• Dimarts i/o dijous, de 18.30 a 19.30 h

A partir de 13 anys

• Dimarts i/o dijous, de 19.30 a 21.00 h

• Preu 1 dia: 25 €
• Preu 2 dies: 40 €

Treballem el judo, un esport olímpic de manera molt didàctica, amb el joc com a eina principal.

Tallerista: Nou Judo Barcelona

PATINS EN LÍNIA

De 5 a 14 anys

• Dijous, de 17.30 a 18.30 h

• Preu: 39 €

Vine a divertir-te: aprendràs mitjançant jocs i exercicis físics amb música i coreografia. Coneixeràs la base tècnica del patinatge per gaudir-ne al màxim!

Tallerista: Ungravity Freestyle Company

SKATE

De 6 a 17 anys

• Dimecres, de 17.30 a 18.30 h
• Dimecres, de 18.30 a 19.30 h

• Preu: 39 €

Vine a divertir-te i aprèn tots els trucs que vulguis amb el teu skate, gràcies al petit skatepark que muntem per a les classes.

Tallerista: Ungravity Freestyle Company

ESCACS

De 7 a 14 anys

• Dilluns i/o dimecres de 17.30 a 18.30h

• Preu: 20 € (1 dia) / 35 € (2 dies)

Majors de 15 anys

• Dilluns i/o dimecres, de 18,30 a 20.00

• Preu: 25 € (1 dia) / 40 € (2 dies)

Vols aprendre a jugar a escacs o millorar els teus coneixements del joc? Enguany encetem el nou taller d'escacs on podràs aprendre no solament com es juga sinó la història, les anècdotes i alguns secrets d'aquesta activitat mil·lenària que pot practicar tothom perquè no distingeix entre edats, gèneres ni d'on ets o d'on vens. No t'importi el teu nivell inicial, hi haurà teca per a tothom!

Tallerista: Sandra Pla i Carles Vives

tarda

BABY PING

De 3 a 7 anys

• Dimarts o divendres, de 17.15 a 18.15h

• Preu: 20 €

El Baby Ping és una sessió lúdica, per a nens i nenes d'entre 3 i 7 anys, on es fan activitats de psicomotricitat enfocades al tennis taula. Des de ETT estan preparant aquesta activitat, pionera a Europa per fer que a través de jocs es millorin les habilitats dels infants com poden ser la punteria, l'equilibri, la concentració o el moviment entre moltes altres.

Tallerista: Escola Tennis Taula

DEFENSA PERSONAL FEMENINA (+ de 14 anys)

• Dimarts i/o dijous de 19.30 a 21h

• Preu 25 € (1 dia) / 40 € (2 dies)

Aprofundim en les tècniques de la defensa personal, tot fent exercici per millorar les capacitats físiques bàsiques, la percepció i control del propi cos, guanyem en autoestima, autocontrol i seguretat personal.

Tallerista: Nou Judo Barcelona

B Per a adults

PINTURA EN AQUAREL·LA

• Dilluns, de 17.30 a 20.30 h
• Dimecres, de 17.30 a 20.30 h

• Preu per 1 dia: 55 €
• Preu per 2 dies: 80 €

Descobreix, pas a pas, l'apassionant món de l'aquarel·la. Tant per principiants o si vols perfeccionar la tècnica. Aprèn les tècniques bàsiques: el control de l'aigua, les transparències i atmosferes, espontaneïtat, síntesi i frescor. Familiaritza't amb els materials i les eines.

Tallerista: Joan Felipe Lindner

RESTAURACIÓ DE MOBLES

• Dimarts: de 16.00 a 18.00 h
o de 18.00 a 20.00 h

• Dijous: de 16.00 a 18.00 h
o de 18.00 a 20.00 h

• Preu: 49 €

Un taller per distreure'ns i relaxar-nos, alhora que recuperarem aquells mobles o objectes vells que tenim arraconats.

Tallerista: Ma Lluïsa Moya

TEATRE

• Dilluns:
Grup A, de 19.30 a 22.00 h
Grup B, de 20.30 a 23.00 h
• Dimecres, de 20.00 a 22.30 h

• Inscripció: 18 €
• Preu: 47 €

Combinarem diverses tècniques teatrals i treballarem tots els aspectes de la interpretació. El curs finalitza amb una representació final a **Lluïsos Teatre**.

Talleristes: Eva Iglesias, Eva Saumell, Marta Altimira i Marta Sorribas

tarda

HISTÒRIA DE L'ART

Art hispànic:

• Dimarts, de 17.00 a 18.30 h

“**Art hispanomusulmà**”. Farem un recorregut per l'art hispanomusulmà dels regnes de taifes, dels pobles almohade i almoràvit, per l'esplendor dels nassarites i, com no, per l'espectacularitat de l'arquitectura mudèjar i de les seves escoles. També gaudirem dels iveris, de l'orfebria, dels enteixinats i de la ceràmica d'aquest ampli període andalusita, comprès entre els segles X i XV.

Art internacional:

• Dimarts, de 18.30 a 20.00 h

“**Arquitectura racional. Bauhaus**”. Dedicarem la primera part del curs a l'arquitectura racional i al disseny de la Bauhaus, per després endinsar-nos en la Itàlia del duecento i del trecento, destacant grans pintors com Giotto, Duccio, Simone Martini, però també d'edificis simptomàtics del període, com el Duomo de Florència, la Catedral de Milà o els palaus venecians del s.XIV.

Monogràfics:

• Dijous, de 17.00 a 18.30 h
• o Dijous, de 18.30 a 20.00 h

Aquests cursos especials tindran com a base profunditzar en períodes com el renaixement italià del quattrocento amb representants com Brunelleschi, Donatello, Fra Angelico o Sandro Botticelli. Acabada aquesta matèria viatjarem al neoclassicisme dels segles XVIII-XIX, per parlar d'edificis com l'Arc de Triomf, la Madeleine, la Porta de Brandenburg, però també escultors com Antonio Canova o pintors com Jacques-Louis David.

Tallerista: Xesco Ramos

• Preu per 1 grup: 39 €
• Preu per 2 grups: 70 €
• Preu per 3 grups: 99 €

Aprofundim en les tècniques de la defensa personal, tot fent exercici per millorar les capacitats físiques bàsiques, la percepció i control del propi cos, guanyem en autoestima, autocontrol i seguretat personal.

Tallerista: Nou Judo Barcelona

MEDITACIÓ i IOGA

• Dimarts, de 19.00 a 20.30 h
• Divendres, de 19.00 a 20.30 h

• Preu per 1 dia: 39 €
• Preu per 2 dies: 49€

El ioga és una pràctica física i mental, que treballa la globalitat de la persona, per calmar la ment i enfortir i flexibilitzar el cos.

Tallerista: Piero Caterino

JUDO

• Dimarts, de 19.30 a 21.00 h (i/o)
• Dijous, de 19.30 a 21.00 h

• Preu 1 dia: 25 €
• Preu 2 dies: 40 €

Treballem el judo, un esport olímpic de manera molt didàctica, amb el joc com a eina principal.

Tallerista: Nou Judo Barcelona

CANT CORAL

• Dimarts, de 20.00 a 21.00h

• Preu: 60 €

Un taller dirigit a qui vulgui desenvolupar les facetes necessàries per ser solista d'un cor de gospel i per aprendre a cantar amb els altres. Qualitats no només purament vocals sinó també les estilístiques, d'expressió i de dicció, de connexió, etc. Per conèixer l'estil i divertir-se cantant amb tots els altres. Es treballarà sobre 10 gospels d'autors i es realitzarà un concert final de mostra.

Tallerista: Laia Porta

DEFENSA PERSONAL FEMENINA (a partir de 15 anys)

• Dimarts, de 19.30 a 21.00 h i/o
• Dijous, de 19.30 a 21.00 h

• Preu per 1 dia: 25 €
• Preu per 2 dies: 40 €

Aprofundim en les tècniques de la defensa personal, tot fent exercici per millorar les capacitats físiques bàsiques, la percepció i control del propi cos, guanyem en autoestima, autocontrol i seguretat personal.

Tallerista: Nou Judo Barcelona

Jornada de portes obertes

Del 13 al 17 de setembre podeu venir a visitar l'entitat i les seves instal·lacions.

Els tallers es faran en obert, en els seu horari habitual i podreu conèixer el professorat.

Inscripcions

A partir de dimecres 1 de setembre a través de la pàgina web www.lluisosdegracia.cat

10% de descompte, per a les persones sòcies de Lluïsos.

Per a més informació

Lluïsos de Gràcia

Pl. del Nord, 7-10
08024 Barcelona
93 218 33 72
www.lluisosdegracia.cat

Horaris d'informació:

De dilluns a divendres
de 10 a 14 h i de 17 a 20h

Com arribar-hi

Metro

L3- Lesseps (10 minuts)
L3- Fontana (10 minuts)
L4- Joanic (12 minuts)

Bus

22, 24, 27, 32, H6, 116 (5-10 minuts)

Bicing

Plaça del Nord, 5

Protocols i mesures de prevenció per la covid-19

Per garantir la seguretat i evitar contagis durant les activitats, **Lluïsos de Gràcia ha posat en marxa protocols de neteja i normatives internes** seguint en cada moment les recomanacions vigents de les autoritats sanitàries.

Organitza:



Amb el suport de:



Disseny i realització: Bernat Casso

C Per a adults

APRENDRE A ESCOLTAR MÚSICA

- Dimecres, de 10.30 a 12.00 h
- Preu: 35 €

Coneix la música per dins. Escoltarem i parlarem d'obres, instruments i compositors. Descobrirem aspectes nous de les grans obres de la música.

Tallerista: Víctor Frigola

RESTAURACIÓ DE MOBLES

- Dimarts o dijous, de 10.00 a 12.00 h
- Preu: 49 €

Un taller per distreure'ns i relaxar-nos, alhora que recuperarem aquells mobles o objectes vells que tenim arraconats.

Tallerista: M^a Lluïsa Moya

HISTÒRIA DE L'ART

Art hispànic:

- Dimarts, de 10.00 a 11.30 h

"Art hispanomusulmà". Farem un recorregut per l'art hispanomusulmà dels regnes de taifes, dels pobles almohade i almoràvit, per l'esplendor dels nassarites i, com no, per l'espectacularitat de l'arquitectura mudèjar i de les seves escoles. També gaudirem dels iveris, de l'orfebreria, dels enteixinats i de la ceràmica d'aquest ampli període andalusita, comprès entre els segles X i XV.

Art internacional:

- Dimarts, de 11.30 a 13.00 h

"Arquitectura racional. Bauhaus". Dedicarem la primera part del curs a l'arquitectura racional i al disseny de la Bauhaus, per després endinsar-nos en la Itàlia del duecento i del trecento, destacant a grans pintors com Giotto, Duccio, Simone Martini, però també d'edificis simptomàtics del període, com el Duomo de Florència, la Catedral de Milà o els palaus venecians del s.XIV.

- Preu per 1 grup: 39 €
- Preu per 2 grups: 70 €

Tallerista: Xesco Ramos

DIBUIX

- Dimarts, de 10.00 a 13.00 h
- Dijous, de 10.00 a 13.00 h
- Preu per 1 dia: 55 €
- Preu per 2 dies: 80 €

Taller de creació col·lectiva amb acompanyament personalitzat. A través de diverses propostes creatives educarem la mirada, compartirem recursos plàstics i tècnics per millorar la qualitat de les nostres creacions i buscarem el propi llenguatge treballant la creació personal.

Tallerista: Laia Segú

ANGLÈS (nivell bàsic)

- Dimarts, de 10.30 a 12.00 h
- Preu: 39 €

T'introduirà a la llengua amb conceptes bàsics de gramàtica, vocabulari i conversa bàsica. Un curs molt pràctic i eficaç.

Tallerista: Henry O'Donnell

LECTURA EN VEU ALTA I COMUNICACIÓ ORAL

- Dimecres, de 9.30 a 11.30h
- Preu: 40 €

Taller pensat per descobrir el plaer de la paraula dita, de pronunciar els mots i de saber-los compartir, oferint-los als altres. Aprendre a parlar en públic, vèncer les pors i, finalment, gaudir de la manera més humana i sense artificis que tenim les persones de comunicar-nos: la parla.

Tallerista: Marta Sorribas

ACTIVITAT FÍSICA

Per a gent gran

- Dijous, de 10.00 a 10.50 h
- Preu: 20 €

Faràs activitat física de baixa intensitat, de manera divertida, per abandonar el sedentisme i aconseguir, a poc a poc, mantenir la mobilitat articular en estat òptim.

Tallerista: Medir Tena (CAFE i màster readaptació esportiva)

BIOENERGÈTICA I RESPIRACIÓ

- Dimarts, de 07.30 a 08.30h (telemàtic)
- Dijous, de 10.30 a 11.30h
- Preu per 1 dia: 40 €
- Preu per 2 dies: 50 €

A través del mètode Be Body Breath coneixem millor el funcionament del nostre cos i aprendrem exercicis que ens permetrà relaxar-nos i regenerar el cos amb eines de salut quotidiana. Aprofita al màxim l'energia vital, a través de la respiració, el moviment conscient i la meditació

Tallerista: Sabina Saltalamacchia

COS I DANSA

- Dimarts, de 10.00 a 11.15h
- Preu: 45 €

Estirarem i tonificarem el cos entenent i aplicant consciència corporal al mateix temps que ballem i ens deixem portar per la música i el ritme aprenent passos i estils de ball diferents. Ballar és un plaer i una teràpia fantàstica en tots els sentits!

Tallerista: Mar Nadal

MEDITACIÓ I IOGA

- Dimecres, de 10.00 a 11.30 h
- Preu per 1 dia: 39 €
- Preu per 2 dies: 49 €

El ioga és una pràctica física i mental, pensada per treballar la globalitat de la persona, amb l'objectiu de calmar la ment i enfortir i flexibilitzar el cos.

Tallerista: Piero Caterino

matí

PLANTES REMEIERES I SALUT

- Dimecres (1r i 3r del mes), de 10.00 a 11.30h
- Preu: 40 €

La Natura amb la seva generositat ens brinda moltes plantes remeieres, minerals i algues regeneradores i curatives, i moltes altres maneres de cuidar la nostra salut. En aquests tallers compartirem coneixements sobre la Salut Natural i donarem eines per poder aplicar-les dia a dia per sentir-nos millor tant física, com emocionalment, i també per tenir una ment clara i creativa. Poc a poc podrem incorporar aquests tresors de la Terra a la nostra Farmàcia Casolana amb respecte i atenció.

Tallerista: Júlia Volpe

Lluïsos de Gràcia Tallers 2021/22

d'octubre a juny



✓ Tallers oberts a tothom!

✓ Portes obertes del 13 al 17 de setembre