

Cursos Abiertos 2019_2020

Cultura y Sociedad

Literatura

Aprendizaje de Lenguas

Español para extranjeros
Inglés
Francés
Alemán
Italiano
Árabe

Arte, Historia y
Arqueología

Arte
Historia
Arqueología

Creatividad
Artística

Artes Escénicas
Fotografía
Artes Plásticas
Textiles
Artes Aplicadas
Joyería
Artes del Libro

Escuela de Música

Música Tradicional
Música Actual

Salud y Bienestar

Desarrollo Personal
La Cultura de los Alimentos
Prácticas y Actividades Saludables

Ciencias y Medio Ambiente

Tecnologías para la Vida Cotidiana



CULTURA Y SOCIEDAD

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
AULA DE CULTURA	M-J	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 41€	Diciembre 34€
MEJORA TU ORTOGRAFÍA	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 36€	Diciembre 29€
GEOGRAFÍA DEL MUNDO: QUÉ PASA EN CENTROAMÉRICA	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€
HISTORIA DE LAS MUJERES "DOROTEA SANTOS" MUJERES FILÓSOFAS 2 	J	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€
DESAYUNOS CON LA ACTUALIDAD	J	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€
LAS NOTICIAS, LA PRENSA Y UN TIEMPO PARA ENTENDER LA REALIDAD	L	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€
TALLER DE FILOSOFÍA 1: FILOSOFÍA PARA ANDAR POR CASA – EL ARTE DE VIVIR 	X	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€
TALLER DE FILOSOFÍA 2: ÉTICA Y POLÍTICA EN LA SOCIEDAD DIGITAL VI – INICIACIÓN A LA SOCIOLOGÍA DIGITAL	M	20:00 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€
CURSO DE CULTURA EUROPEA: PORTUGAL 	X	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 57€	Diciembre 41€
UN RINCÓN DE FRANCIA: EL MACIZO CENTRAL 	M	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 45€

LITERATURA

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
CLUB DE LECTURA	L	20:00 a 21:30 (3 sesiones/mes)	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 42€
CLUB DE LECTURA "CASA JUNCO"	X	19:30 a 21:00 (1 sesión/mes)	Casa Junco	56€ (Pago único)	
CLUB DE LECTURA DE POESÍA 	J	11:30 a 13:00 1 sesiones al mes (segundo martes)	Sede UPP	56€ (Pago único)	
TALLER LITERARIO	J	18:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
TALLER DE ESCRITURA CREATIVA OCTUBRE-JUNIO	J	19:30 a 21:00	Sede UPP	91€ (Pago único)	
CURSO DE PENSAMIENTO Y ENSAYO	M	17:30 a 19:15	Sede UPP	Septiembre 53€	Diciembre 38€





APRENDIZAJE DE LENGUAS

ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
ESPAÑOL PARA PERSONAS EXTRANJERAS. NIVEL INICIACIÓN * COMIENZO MES DE NOVIEMBRE	L J	20:00 a 21:30 20:00 a 21:30	Sede UPP	GRATUÍTO PARA PERSONAS SIN RECURSOS 64 €

INGLES

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
ENGLISH STEP ONE MORNING	L X	11:45 a 13:00	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP ONE EVENING	L X	19:00 a 20:15	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP TWO MORNING	L X	10:30 a 11:45	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP TWO EVENING	L X	20:15 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP THREE MORNING	M J	11:45 a 13:00	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP THREE EVENING	L X	17:30 a 18:45	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP FOUR MORNING: YEAR ONE	M J	10:30 a 11:45	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP FOUR MORNING: YEAR TWO	V	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 68€ Diciembre 48€
ENGLISH STEP FOUR EVENING: YEAR ONE	M J	19:00 a 21:15 19:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€
ENGLISH STEP FOUR EVENING: YEAR TWO	J	20:00 a 21:15	Sede UPP	Septiembre 58€ Diciembre 40€
LET'S TALK!	X	20:15 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 58€ Diciembre 40€
ENGLISH FOR TRAVELLING 	X	19:00 a 20:15	Sede UPP	Septiembre 58€ Diciembre 40€
ENGLISH BOOK CLUB 	V	12:00 a 13:00 (TERCER VIERNES DEL MES)	Sede UPP	56€ (Pago único)

FRANCÉS

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO
PREMIERS PAS	L-X	18:30 a 19:45	Sede UPP	Septiembre 98€ Diciembre 68€



UN PEU MIEUX	L-X	19:45 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 98€	Diciembre 68€
JE ME DÉBROUILLE	L-X	17:15 a 18:30 17:15 a 18:30	Sede UPP	Septiembre 98€	Diciembre 68€
FRANCES CONVERSACION: JE ME LANCE	M-J	18:30 a 19:45	Sede UPP	Septiembre 98€	Diciembre 68€
FRANCES CONVERSACION: UN BRIN DE CAUSETTE	M-J	19:45 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 98€	Diciembre 68€

ITALIANO

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
L' ITALIANO POCO A POCO	L	17.30 a 18.45	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€
CONTINUIAMO	M	17.30 a 18.45	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€
ANCORA UN PO´	M	18.45 a 20.00	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€
CHIACCHIERIAMO	L	18.45 a 20.00	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€

ALEMAN


CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
ALEMÁN NIVEL 1	X	18:00 a 19:15	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€
ALEMÁN NIVEL 2	X	19:15 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€
ALEMÁN NIVEL 3	X	20:30 a 21:45	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 40€

ARABE

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
ARABE NIVEL 1	M	18:45 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 89€	Diciembre 61€
ARABE NIVEL 2	M	17:30 a 18:45	Sede UPP	Septiembre 89€	Diciembre 61€



ARTE, HISTORIA Y ARQUEOLOGÍA

ARTE					
CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
INICIACIÓN AL ARTE UNIVERSAL 1: DESDE LA PREHISTORIA HASTA LA EDAD MEDIA	J	17:30 a 19:00	Biblioteca Pública	Septiembre 63€	Diciembre 46€
INICIACIÓN AL ARTE UNIVERSAL 2: DESDE LA EDAD MODERNA HASTA LA ILUSTRACIÓN	M	17:15 a 18:45	Biblioteca Pública	Septiembre 63€	Diciembre 46€
INICIACIÓN AL ARTE UNIVERSAL 3: DESDE EL NEOCLASICISMO HASTA EL SURREALISMO	J	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
ARQUITECTURA EN LA EDAD MEDIA: DEL ROMÁNICO PALENTINO A LOS GRANDES TEMPLOS DEL ROMÁNICO EUROPEO Y LAS PRIMERAS CATEDRALES	M	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
ARTE Y LEYENDA EN EL CAMINO DE SANTIAGO. HISTORIA DE UNA RUTA MEDIEVAL 	L	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
HISTORIA DE LA PINTURA: DE LOS GRANDES GENIOS DEL RENACIMIENTO ITALIANO A LOS MAESTROS DEL BARROCO ESPAÑOL	L	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
PATRIMONIO EN PALENCIA 1: HISTORIA Y ARTE PARA DISFRUTAR DE NUESTRA PROVINCIA	L	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
PATRIMONIO EN PALENCIA 2: HISTORIA Y ARTE PARA DISFRUTAR DE NUESTRA CAPITAL	J	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
PATRIMONIO EN PALENCIA 3: HISTORIA Y ARTE PARA DISFRUTAR DE NUESTROS BARRIOS 	L	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
OBRAS MAESTRAS DEL ARTE UNIVERSAL	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
HISTORIA DE LAS MUJERES ARTISTAS: DE ALTAMIRA A FRIDA KAHLO	J	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
HISTORIA DE LAS GRANDES COLECCIONES DEL ARTE: LOS MUSEOS Y LOS COLECCIONISTAS. 	J	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
ARTE CONTEMPORÁNEO : MANERAS DE EJERCITAR LA MIRADA MODERNA 	M	19:15 a 20:45	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
LOS SECRETOS DE LAS IMÁGENES EN LA HISTORIA DEL ARTE 	X	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
CLÁSICOS DE LA HISTORIA DE LA MÚSICA OCCIDENTAL: DEL RENACIMIENTO AL ROMANTICISMO	J	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€



MONOGRAFÍAS SOBRE TEATRO LÍRICO: ÓPERA Y ZARZUELA 	J	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
LOS MEJORES INTERPRETES DE LA HISTORIA DEL CINE (* duración hasta el 30 de Abril	M	18:45 a 20:45	Biblioteca Pública	85€ (Pago único)	
GRANDES DIRECTORES DE LA HISTORIA DEL CINE (* HASTA 30 de Abril	X	19:00 a 21:00	Biblioteca Pública	85€ (Pago único)	
LO NUESTRO SON LAS SERIES DE TELEVISIÓN: (* duración hasta el 30 de Abril 	J	18:00 a 19:30	Sede UPP	85€ (Pago único)	

HISTORIA

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
HISTORIA DEL MUNDO ACTUAL: DESDE LA CAÍDA DEL MURO	M	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
PERSONAJES DE LEYENDA : ROMANOS Y BÁRBAROS	X	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
PERSONAJES DE LEYENDA : REYES Y REINAS, MONJES Y CALIFAS	M	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
PERSONAJES DE LEYENDA : DE LOS PLANTAGENET EN INGLATERRA Y CASTILLA A LOS MEDICIS DE FLORENCIA 	J	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
MONOGRAFÍAS DE HISTORIA A TRAVÉS DEL CINE ESPAÑA: DE LA TRANSICIÓN A NUESTROS DÍAS	X	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€

ARQUEOLOGÍA

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
CIUDADES QUE HAN HECHO HISTORIA: UN VIAJE DESDE LA SAMARKANDA DE TAMERLÁN A LA FLORENCIA DE LOS MÉDICIS 	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
ARQUEOLOGÍA MEDIEVAL: DE LA CONSOLIDACIÓN DE LOS GRANDES REINOS AL NACIMIENTO DE LAS GRANDES CIUDADES 	M	11:00 a 12:30	Biblioteca Pública	Septiembre 63€	Diciembre 46€



CREATIVIDAD ARTÍSTICA

ARTES ESCÉNICAS

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
ESCUELA DE TEATRO	L-X	18:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 61€	Diciembre 41€

FOTOGRAFÍA

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
MANEJA TU CÁMARA DIGITAL RÉFLEX 1: INICIACIÓN	M	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
	J	19:30 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
MANEJA TU CÁMARA DIGITAL REFLEX 2: CONTINUACIÓN <small>SE CUMPLE NIEVO</small>	L	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
	L	19:30 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
MANEJA TU CÁMARA DIGITAL REFLEX 3: EL RETO FOTOGRÁFICO SEMANAL <small>SE CUMPLE NIEVO</small>	X	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
EDUCANDO LA MIRADA. ANÁLISIS Y COMPOSICIÓN FOTOGRÁFICA <small>SE CUMPLE NIEVO</small>	M	19:30 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
	J	19:30 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€
TRATAMIENTO DIGITAL 1: INICIACIÓN	J	17:30 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 81€	Diciembre 56€
	V	12:00 a 14:00	Sede UPP	Septiembre 81€	Diciembre 56€
TRATAMIENTO DIGITAL 2: CONTINUACIÓN <small>SE CUMPLE NIEVO</small>	X	19:30 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 81€	Diciembre 56€
	V	10:00 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 81€	Diciembre 56€
TRATAMIENTO DIGITAL 3: PRÁCTICA Y PROCESADO DIGITAL <small>SE CUMPLE NIEVO</small>	L	17:30 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 81€	Diciembre 56€

ARTES PLÁSTICAS

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
TALLER DE PINTURA	L-X	10:00 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 93€	Diciembre 67€
	M-J	10:00 a 12:00			
	L-X	18:00 a 20:00			
	M-J	17:00 a 19:00			
	M-J	19:00 a 21:00			



	L-X	20:00 a 22:00			
TALLER DE DIBUJO Y ANÁLISIS DE LA FORMA	L	12:00 a 14:00	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
TALLER DE ESCULTURA Y TALLA DE MADERA	M	10:00 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 83€	Diciembre 56€
MURALISMO E INTERVENCIONES URBANAS	V	17:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 83€	Diciembre 56€
INICIACIÓN AL DIBUJO DIGITAL	L	18:30 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€

TEXTILES

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
TÉCNICA DE BOLILLOS Y APLICACIONES DE BOLILLOS PARA COMPLEMENTOS	M J	17:45 a 19:15 18.15 a 19:45	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
TÉCNICAS AVANZADAS EN EL ENCAJE DE BOLILLOS. ENCAJE DE AGUJA O TUL	X	18:15 a 20:45	Sede UPP	Septiembre 57€	Diciembre 40€
TÉCNICAS ARTÍSTICAS CON TEXTIL	L	19:15 a 21:15	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
TRANSFORMA TU ROPA	J	19:15 a 21:15	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
COSTURA CREATIVA	M	12:00 a 13:30	Sede UPP	Septiembre 57€	Diciembre 40€
	M	19:15 a 21:15	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
HISTORIA DE LA MODA	L	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€

ARTES APLICADAS

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
ARTESANÍA DEL CUERO	M	18:15 a 21:15	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
ARTESANÍA DEL CUERO	J	17:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
VIDRIO	M	17:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
ESMALTES AL FUEGO	X	18.00 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 93€	Diciembre 68€
RESTAURACIÓN CREATIVA 	L-M	19:00 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 103€	Diciembre 78€
RESTAURACIÓN DE ANTIGÜEDADES	M-J	12:00 a 14:00	Sede UPP	Septiembre 103€	Diciembre 78€
RESTAURACIÓN DE ANTIGÜEDADES	L	10:00 a 13:00	Sede UPP	Septiembre 92€	Diciembre 69€
RESTAURACIÓN DE ANTIGÜEDADES	X	10:00 a 13:00	Sede UPP	Septiembre 92€	Diciembre 69€
RESTAURACIÓN DE ANTIGÜEDADES	X	18:00 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 92€	Diciembre 69€
RESTAURACIÓN SHABBY CHIC Y VINTAGE	M	16:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 78€	Diciembre 60€
ECOMUEBLES: MUEBLES DE CARTÓN	J	17:15 a 19:15	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€



JOYERÍA

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
JOYERÍA CONTEMPORÁNEA: RESINAS COMBINADAS CON METALES (PLATA, ALUMINO, LATÓN Y COBRE)	J	10:00 a 13:00	Sede UPP	Septiembre 93€	Diciembre 68€
	V	17:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 93€	Diciembre 68€
JOYERIA ARTISTICA CON METALES NOBLES	L	18:00 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 93€	Diciembre 68€
ESMALTE Y PLATA	M	10:00 a 13:00	Sede UPP	Septiembre 93€	Diciembre 68€

ARTES DEL LIBRO

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
ENCUADERNACIÓN CLÁSICA, ARTÍSTICA Y CONCEPTUAL	L-X	19:30 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 73€	Diciembre 52€
LIBROS DESPLEGABLES (POP UP O INGENIERÍA DEL PAPEL)	J	19:30 a 21.30	Sede UPP	Septiembre 68€	Diciembre 48€
CALIGRAFÍA ARTÍSTICA Y ORNAMENTACIÓN DE LETRAS CAPITULARES	J	18:00 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 63€	Diciembre 46€

ESCUELA DE MÚSICA

MUSICA TRADICIONAL

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
AULA DE INSTRUMENTOS DE VIENTO	M	19:30 a 20:45 (nivel iniciación)	Sede UPP	Septiembre 78€	Diciembre 55€
	M	20:45 a 22:00			
DULZAINA Y CAJA	L-X	19:00 a 22:00 (en fracciones de una hora)	C.P. “-Pan y Guindas”	Septiembre 83€	Diciembre 58€
	J	20:15 a 22:15			
CORO DE RONDA	L	18:30 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 62€	Diciembre 44€
	V	17:00 a 18:30			

MUSICA ACTUAL

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
GUIARRA ESPAÑOLA NIVEL 1	L	16:30 a 17:30	Sede UPP	Septiembre 79€	Diciembre 57€
GUIARRA ESPAÑOLA NIVEL 2	L	17:30 a 18:30	Sede UPP	Septiembre 79€	Diciembre 57€








GUIARRA ESPAÑOLA NIVEL 3	M	16:30 a 17:30	Sede UPP	Septiembre 79€	Diciembre 57€
GUIARRA ELÉCTRICA INICIACIÓN	V	18:30 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 79€	Diciembre 57€
GUIARRA ELÉCTRICA AVANZADO	V	19:30 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 79€	Diciembre 57€
AULA DE JAZZ, COMBO E IMPROVISACIONES	X	16:30 a 18:00 nivel básico/medio. 18:00 a 19:30 nivel avanzado. 19:30 a 21:00 nivel básico/medio.	Sede UPP	Septiembre 85€	Diciembre 63€
PERCUSIÓN DE RITMOS ÉTNICOS (3 niveles)	J	16:30 a 17:45 Nivel 1 19:30 a 20:45 Nivel 2 20:45 a 22:00 Nivel 3	Sede UPP	Septiembre 79€	Diciembre 57€
TALLER DE CANTO (música moderna)	V V	17:00 a 18:20 Nivel 2 (Avanzado) 18:20 a 19:40 Nivel 1 (Iniciación)	Sede UPP	Septiembre 97€	Diciembre 56€

SALUD Y BIENESTAR

DESARROLLO PERSONAL					
CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
AUTOESTIMA : EL ARTE DE ACEPTARSE	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
LA PSICOLOGÍA QUE NOS AYUDA. TEMAS DE DESARROLLO PERSONAL	M	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
	X	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
APRENDER A VIVIR. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL	L	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
EJERCITA LA MEMORIA	X	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
LAS CLAVES DE LA MEMORIA	L	17.30 a 19.00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
MEMORIA, ATENCIÓN, JUEGO Y HUMOR	J	12:00 a 13:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
HERRAMIENTAS PARA SENTIRSE MEJOR	X	10:30 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
MINDFULNESS	M	18:30 a 19:45	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
	M	20:00 a 21:15	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€




LA CULTURA DE LOS ALIMENTOS

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
NUTRICIÓN PRÁCTICA Y SEGURIDAD ALIMENTARIA 	M	19:30 a 20:45	Sede UPP	Septiembre 54€	Diciembre 43€
GASTRONOMÍA, ALIMENTOS Y MÁS EN EL CAMINO DE SANTIAGO: VÍA DE LA PLATA 	M	17:00 a 18:15	Sede UPP	Septiembre 54€	Diciembre 43€
GASTRONOMÍAS REGIONALES Y SU CONTEXTO SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL 	X	18:15 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 54€	Diciembre 43€
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	J	10:00 a 11:15	Sede UPP	Septiembre 54€	Diciembre 43€
CULTURA VITIVINÍCOLA: CONOCER LA VID Y EL VINO *Preferencia alumnos nuevos	L	11 a 12:30	Sede UPP	64€ (Pago único)	
GASTRONOMÍA DE PALENCIA *Preferencia alumnos nuevos	M	11:00 a 12:30	Sede UPP /Cocina	98€ (Pago único)	
COCINA PARA PRINCIPIANTES (TRIMESTRAL) 	M	17:00 a 19:30	Centro La Salle Managua	98€ (Pago único)	
CURSOS DE COCINA (CURSO POR TRIMESTRE) 	X	EL DULCE PLACER DE LOS POSTRES 17:00 a 19:30	Centro La Salle Managua	98€ (Pago único)	
		GUISOS Y PLATOS PARA CUALQUIER OCASIÓN 17:00 a 19:30		98€ (Pago único)	
		ELABORACIONES FRÍAS 17:00 a 19:30		98€ (Pago único)	



PRÁCTICAS Y ACTIVIDADES SALUDABLES

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
ESCUELA AJEDREZ - INICIACIÓN	L	19:45 a 21:00	Sede UPP	81€ (Pago único)	
ESCUELA DE AJEDREZ - PERFECCIONAMIENTO	J	19:45 a 21:15	Sede UPP	91€ (Pago único)	
PILATES MATWORK (SUELO)	L	19:15 a 20:30	Centro de Mayores "La Puebla"	Septiembre 58€	Diciembre 43€
PILATES MATWORK (SUELO)	X	19:30 a 20:45	Centro de Mayores "San Juanillo"	Septiembre 58€	Diciembre 43€
PILATES MATWORK (SUELO)	J	19:30 a 20:45	Centro de Mayores "La Puebla"	Septiembre 58€	Diciembre 43€
PILATES MATWORK (SUELO)	X	12:15 a 13:30	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 43€
MÉTODO PILATES Y ESPALDA	L	18:00 a 19:15	Centro de Mayores "La Puebla"	Septiembre 58€	Diciembre 43€
MÉTODO PILATES Y ESPALDA	X	16:30 a 17:45	Sede UPP	Septiembre 58€	Diciembre 43€
YOGA	M-J	10:00 a 11:30	Sede UPP	Septiembre 85€	Diciembre 59€
	M-J	10:30 a 12:00			
	M-J	11:30 a 13:00			
	M-J	18:30 a 20:00			
	M-J	20:30 a 22:00			
	M-J	17:00 a 18:30			
	L-V	12:00 a 13:30			
	L-X	18:30 a 20:00			
YOGA Y MEDITACIÓN	M-J	18:45 a 20:15	C.P. "Pan y Guindas"	Septiembre 85€	Diciembre 59€
RELAJACIÓN Y CONCIENCIA CORPORAL PARA LA VIDA DIARIA 	J	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
ESTIMULACIÓN NEUROLÓGICA A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO	J	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
CHI KUNG	L	20:15 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
TAI CHI CHUAN	X	20:15 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
ZUMBA	V	19:30 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
DANZAS DE RAIZ	L-V	11:00 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 96€	Diciembre 64€



CIENCIAS Y MEDIO AMBIENTE

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
AVANCES DE LA CIENCIA	M	18:15 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 54€	Diciembre 43€
EL MUNDO QUE NOS RODEA 	X	19:30 a 20:45	Sede UPP	Septiembre 54€	Diciembre 43€
ELABORACIÓN PRODUCTOS NATURALES	X	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 69€	Diciembre 47€
RESERVAS DE LA BIOSFERA ESPAÑOLA: ¿QUÉ TIENEN DE ESPECIAL? 	M	19:30 a 21:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
MES A MES, LAS PLANTAS DE NUESTRAS ZONAS VERDES DE PALENCIA 	M	18:00 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
LOS BOSQUES DE CASTILLA Y LEÓN. ÁRBOLES SINGULARES	X	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
POR ORDEN ALFABÉTICO LOS BOSQUES ESPAÑOLES 	J	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
EL MUNDO DE LOS JARDINES: ESTUDIAMOS ALGUNOS EJEMPLOS ESPAÑOLES	J	17:30 a 19:00	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
INICIACIÓN A LA OBSERVACIÓN DE LAS AVES	L	17:15 a 18:45	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
ESPACIOS NATURALES PARA LA OBSERVACIÓN DE LAS AVES	L	19:00 a 20:30	Sede UPP	Septiembre 60€	Diciembre 45€
MICOLOGÍA : CLAVES DICOTÓMICAS PARA EL RECONOCIMIENTO DE LOS PRINCIPALES GÉNEROS DE SETAS. (4 SESIONES)	M	20:15 a 21:45	Sede UPP	22€ (Pago único)	

TECNOLOGÍAS PARA LA VIDA COTIDIANA

CURSO	DÍAS	HORARIO	LUGAR	PRECIO	
INICIACIÓN WINDOWS 10 (60 horas)	X	10:00 a 12:00	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
INICIACIÓN WINDOWS 10 (60 horas)	M	12:00 a 14:00	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
CONSUMIDORES DIGITALES: GUÍA PARA USUARIOS EN INTERNET (60 horas) 	L	19:30 a 21:30	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
MEJORA TU DÍA A DÍA CON INTERNET (30 horas)	M	10:00 a 12:00	Sede UPP	63€ (pago único)	

Cuidamos del medio ambiente. Por favor utilice la versión digital y no imprima este documento si no es necesario.
Y si tiene que hacerlo, utilice las opciones de ahorro de tinta de su dispositivo. Muchas Gracias



MEJORA TU DÍA A DÍA CON INTERNET (30 horas)	X	12:00 a 14:00	Sede UPP	63€ (pago único)	
APLICACIONES DE USO PERSONAL EN MÓVILES CON ANDROID (60 horas) 	L	17:30 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
REDES SOCIALES EN INTERNET (60 horas)	M	20:00 a 22:00	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
ALMACENA Y GESTIONA INFORMACIÓN EN LA NUBE (60 horas) 	J	20:00 a 22:00	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
NO TE QUEDES ATRÁS CON LA INFORMÁTICA (60 horas)	M	18:00 a 20:00	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€
NO TE QUEDES ATRÁS CON LA INFORMÁTICA (60 horas)	X	17:30 a 19:30	Sede UPP	Septiembre 74€	Diciembre 51€

