

## ARTS ESCÈNIQUES

### EINES ACTORALS

**N**  
Amb Anna Ponces  
Dilluns i dimecres, 18.30 a 20 h  
Del 2 al 18 de juliol. 44,73 €

La caixa d'eines ideal dels actors i les actrius, per potenciar les teves capacitats expressives. Taller impartit a l'Espai Escènic Tisner, teatre del centre

### ENIGMES ESCÈNICS

**N**  
Amb Anna Ponces  
Dilluns i dimecres, 20 a 22 h  
Del 2 al 18 de juliol. 59,64 €

Joc d'enigmes escènics per crear i dramatitzar un *escape room* i trobar maneres molt teatrals de "sortir de l'habitació". Taller impartit a l'Espai Escènic Tisner, teatre del centre

### NARRACIÓ ORAL

**N**  
Amb Rubén Martínez  
Dimarts, divendres, 19 a 20.30 h  
Del 3 al 20 de juliol. 44,73 €

Tècniques bàsiques de narració oral que podràs aplicar al conte que escullis explicar i començar a descobrir els encants d'aquest art.

### FEM MÀGIA?

**N**  
Amb Àlex Ferrer  
Dijous, 18.30 a 20.30 h  
Del 5 al 19 de juliol. 29,83 €

Sorprenents jocs de màgia amb objectes quotidians. Treballarem la destresa i l'art de dirigir l'atenció per fer "l'engany".

### INTERPRETA UNA CANÇÓ

**N**  
Amb Paula Sendim  
Dimarts, 18.15 a 20.15 h  
Del 3 al 17 de juliol. 29,83 €

Aprendrem a fer-nos nostra una cançó i a interpretar-la de forma genuïna, aprofitant els nostres recursos naturals i desenvolupant la nostra personalitat artística des de l'emissió de la veu fins a la posada en escena. Taller impartit a l'Espai Escènic Tisner, teatre del centre

### TRAPEZI

**N**  
Amb Pili Serrat  
Dilluns i dimecres, 19 a 21 h  
Del 2 al 18 de juliol. 59,64 €

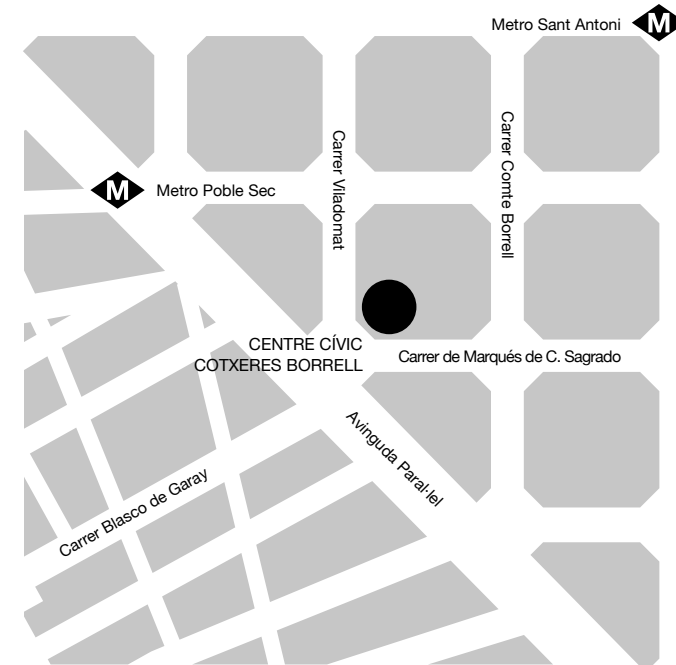
Treballarem les figures i posicions bàsiques del trapezi fix en diferents alçades. Construïrem petites sèries i farem figures i sincronies en parelles. És recomanable tenir coneixements bàsics o una bona preparació física.

### TELES

**N**  
Amb Camille Grob  
Dimarts i dijous, 19 a 21 h  
Del 3 al 19 de juliol. 59,64 €

Aprendrem els punts claus que permeten al cos moure's amb aquest element. Nusos, pujades, baixades, desentrotllades lentes i dinàmiques fins arribar a una coreografia aèria. Es requereix certa preparació física.

## MAPA



Metro > L2 St. Antoni / L3 Poble Sec  
Bus > 24, 37, 91, 120, 121, D20, V11, H14 / Nit Bus > N0 i N6

### ADREÇA

cotxeresborrell.net  
Viladomat 2-8  
08015 Barcelona  
Tel. 93 324 83 50  
informacio@cotxeresborrell.net  
facebook.com/cccotxeresborrell  
twitter.com/cccborrell  
Wi-Fi ciutadà  
Equipament sense barreres arquitectòniques

### HORARIS

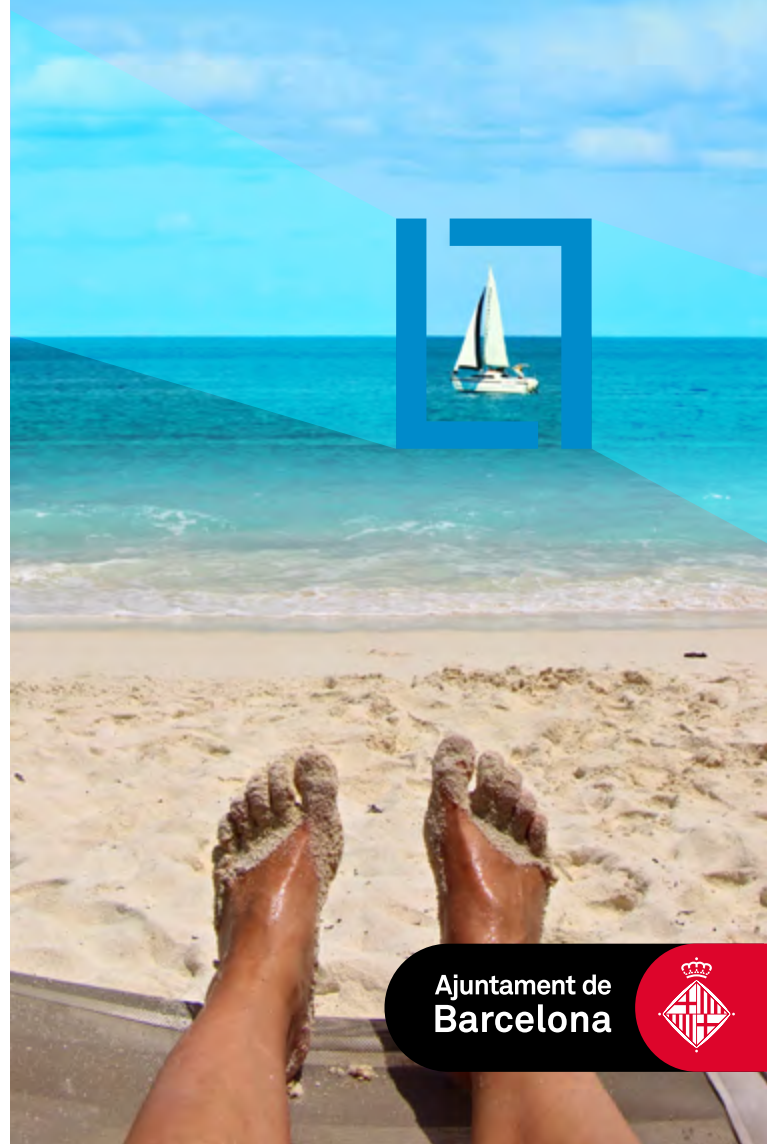
Dilluns a divendres de 9 a 22 h  
Dissabte, 10 a 14 h i de 16 a 20 h  
Els dissabtes del mes de juliol i de setembre el centre romandrà tancat.  
Punt d'informació:  
Informació general del centre, dels recursos del Districte i de la ciutat.  
De dilluns a divendres de 10 a 21 h

## Districte de l'Eixample

## Centre Cívic Cotxeres Borrell

# TALLERS I ACTIVITATS CULTURALS

Estiu 2018



## Ajuntament de Barcelona



## SALUT I CREIXEMENT PERSONAL

### COS EN EQUILIBRI: IOGA, TAI-TXI I PILATES

**N**  
Amb Rosa Domínguez  
Divendres, 18.15 a 19.45 h  
Del 6 al 20 de juliol. 22,36 €

Treball corporal que millora la flexibilitat i aporta calma, harmonia i benestar físic i mental.

### POSA'T EN FORMA

**N**  
Amb Rosa Domínguez  
Divendres, 19.45 a 21.15 h  
Del 6 al 20 de juliol. 22,36 €

Prevenir el mal d'esquena, millorar la postura corporal i evitar la flaccidesa amb exercicis simples i eficaços.

### MEDITANT AMB MANTRES

**N**  
Amb Ananda  
Dilluns i dimecres, 11.15 a 12.15 h  
Del 2 al 18 de juliol. 29,83 €

Repetir el mantra genera una energia que deixa sensació de pau i serenitat.

### IOGA HATHA

**N**  
Amb Ananda  
Dilluns i dimecres, 10 a 11 h  
Del 2 al 18 de juliol. 29,83 €

Basat en postures i respiracions, donarem més profit a les nostres capacitats del dia a dia, a través de l'harmonia del treball físic.

### IOGA INTEGRAL

**N**  
Amb Acharya Prabodhanand  
Dimarts i dijous, 20.45 a 21.45 h  
Del 3 al 19 de juliol. 29,83 €

Treballa les dimensions física, mental, emocional i energètica, amb postures, mantres, etc.

### TXI-KUNG

**N**  
Amb Joan Ordeix  
Dimarts i dijous, 19.30 a 20.30 h  
Del 3 al 19 de juliol. 29,83 €

Meditació i moviments suaus adaptats a cada persona.

### PILATES

**N**  
Amb Evi Charalampidou  
Dilluns i dimecres, 18.30 a 20 h  
Del 2 al 18 de juliol. 44,73 €

Afavoreix la flexibilitat i l'allargament del cos amb estiraments.

### IOGUILATES

**N**  
Amb Evi Charalampidou  
Dilluns i dimecres, 20 a 21.30 h  
Del 2 al 18 de juliol. 44,73 €

Combinació de Pilates i ioga en un sistema d'entrenament físic i mental més complet.

### HIPOPILATES

**N**  
Amb Rosa Domínguez  
Dijous, 10 a 11.30 h  
Del 5 al 19 de juliol. 22,36 €

Combinació d'abdominals hipopressius i pilates.

## DANSA

### DANSA IRLANDESA: CÉILI

**N**  
Amb Gemma O'Connor  
Dilluns i dimecres, 20 a 21.30 h  
Del 2 al 18 de juliol. 44,73 €

Divertida dansa tradicional irlandesa. Incorporarem, en les coreografies, altres danses de carrer i aprendrem les seves habilitats i tècniques. Milloraràs coordinació, equilibri i flexibilitat.



### SABAR, DANSA SENEGALESA

**N**  
Amb Anna Mbengue  
Dilluns, 20 a 21.30 h  
Del 2 al 16 de juliol. 22,36 €

Dansa autòctona del Senegal energètica, divertida i amb molt de ritme. Es caracteritza pels salts i moviments accentuats de les cames i la pelvis.

### DANSA AFRO-CONTEMPORÀNIA

**N**  
Amb Anna Mbengue  
Dijous, 20.15 a 21.45 h  
Del 5 al 19 de juliol. 22,36 €

Coreografies de dansa africana amb ritmes tradicionals mesclats amb dansa contemporània.

### CHARLESTON

**N**  
Amb Spankthebaby  
Dimarts i dijous, 18.30 a 20 h  
Del 3 al 19 de juliol. 44,73 €

Ball sorgit a la ciutat de Charleston, Estats Units. Ritme desenfrenat i llibertat de moviments, figures bàsiques i farem coreografies a ritme de Hot Jazz.

### RITMES CARIBENYS

**N**  
Amb Olga Fernández  
Dilluns i dimecres, 18.15 a 19.45 h  
Del 2 al 18 de juliol. 44,73 €

Balls individuals de salsa, bachata i merengue. Adquiriràs una base tècnica que et servirà per ballar en parella.

### ELECTROSWING

**N**  
Amb Laura Calveras  
Dimarts i dijous, 20.15 a 21.45 h  
Del 3 al 19 de juliol. 44,73 €

Divertida fusió de swing individual i hip hop amb música de swing jazz i base de house. Vols provar?

### BALLET PER A TOTHOM

**N**  
Amb Laura Calveras  
Dimecres, 20.15 a 21.45 h  
Del 4 al 18 de juliol. 22,36 €

Passos i tècnica bàsica. Tant si no has ballat mai com si vols tornar després de molt anys, aquest taller està fet per a tu.

### JAZZ FOSSE

**N**  
Amb Joseph Romero  
Dimecres i divendres, 18.30 a 20 h  
Del 4 al 20 de juliol. 44,73 €

Coreografies que es caracteritzen per la seva sensualitat, humor i precisió.

### DANCE HALL

**N**  
Amb Ines Archer  
Dilluns, 18.15 a 19.45 h  
Del 2 al 16 de juliol. 22,36 €

Va néixer als carrers de Jamaica, amb passos de pelvis, de pit i moviments ondulats. Energia, eufòria i bona música!

### BROADWAY JAZZ

**N**  
Amb Laura Calveras  
Dimarts i dijous, 18.30 a 20 h  
Del 3 al 19 de juliol. 44,73 €

Ballarem divertides coreografies de musicals i treballarem tècnica corporal.

### ZUMBA

**N**  
Amb Sandra Rodríguez  
Dimarts i dijous, 17 a 18 h  
Del 3 al 19 de juliol. 29,83 €

Divertida combinació de ball i fitness on tot el cos es treballa al ritme de la música.



## RECURSOS

### PERFUMERIA VINTAGE

**N**  
Amb Marta García-Pons  
d'Elephant&Flowers Botanicals  
Dilluns, 18.30 a 20.30 h (última sessió fins les 21.30h)  
Del 2 al 16 de juliol. 34,79 € \*

Crea aromes, utilitzant mètodes antics amb tècniques modernes. Obtindràs la matèria primera dels llocs més diversos i podràs aplicar-la a perfums, olis, encens, sabons...



### MONEDER DE GANXET

**N**  
Amb María Cortadellas  
Dimecres, 18.30 a 20.30 h  
Del 4 al 18 de juliol. 29,83 € \*

Confeccionarem un moneder de ganxet amb imaginació i creativitat. No és necessari coneixements previs de costura o ganxet.

### ANGLÈS PER VIATJAR

**N**  
Amb Laura Santone  
Dilluns i dimecres, 18.30 a 20.30 h  
Del 9 al 18 de juliol. 39,76 €

Fer comandes al restaurant, moure's per l'aeroport, aclarir-se amb els diners o agafar mitjans de transport. Alumnes amb nocions bàsiques d'anglès.

## GASTRONOMIA

### CUINA ORIGINAL D'ESTIU

Amb Josep Vidal  
Dilluns, 19 a 21 h  
Del 2 al 16 de juliol. 29,83 € \*

A cada sessió prepararem primer, segon i postres de forma senzilla, donant-li un toc original amb ingredients quotidians i refrescants.



### CUINA ITALIANA

Amb Daniela Bianco  
Dimarts, 19 a 21 h  
Del 3 al 17 de juliol. 29,83 € \*

Benvenuti in Italia. Viatge culinari on descobrirem aperitius, pasta fresca i postres de la ma d'una cuinera nadiua.



### ANEM DE PINTXOS?

Amb Maite Pérez  
Dimecres, 19 a 21 h  
Del 4 al 18 de juliol. 29,83 € \*

Aprendrem a fer pintxos a partir de delicioses receptes de plats tradicionals bascos.



### INTENSIU

#### ARROSSOS I FIDEUÀ

Amb Aina Mir  
Dijous 5 de juliol, 18.30 a 21.30 h. 14,91 € \*

Com ve de gust a l'estiu una paella o una fideuà! En aquest taller descobriràs els seus secrets.



## HUMANITATS

### AMB MOTIU DE LA INAUGURACIÓ DEL MERCAT DE SANT ANTONI

Activitats a càrrec de Mar Trallero Cordero, llicenciada en Dret i Doctora en Filologia Espanyola. *Cal inscripció prèvia presencial o on-line.*

### XERRADA

#### EL MERCAT DE SANT ANTONI, L'ESSÈNCIA D'UN BARRI OBRER I POPULAR

Dimecres 4 de juliol, 19 h  
Activitat gratuïta

Farem un recorregut des dels inicis del mercat de Sant Antoni fins els nostres dies i el que ha significat, sobretot, en relació al barri i també a la ciutat.

### ITINERARI

#### UN PASSEIG PEL MERCAT DE SANT ANTONI

Dissabte 7 de juliol, 11 h. 4,97 €

Descobreix la història del mercat de Sant Antoni i de la gent que l'ha viscut, en un passeig que et transportarà al passat.



## EXPRESSION

### SEGELLS PERSONALITZATS

Amb Alejandra Morales  
Divendres, 18 a 20 h  
Del 6 al 20 de juliol. 29,83 € \*

Amb imatges digitals o manuals, mètodes artesanals i diferents materials crearem segells personalitzats que estamparem sobre una bossa de tèxtil. Per signar, identificar llibres, decorar papers...

### COLLAGE

Amb Andi DomDom  
Dimarts, 19 a 21 h  
Del 3 al 17 de juliol. 29,83 €

Tècnica artística, que consisteix en enganxar fragments de materials sobre una superfície. Ens inspirarem en diferents artistes que aborden aquest art ple de possibilitats.



### UN TASTET D'IL·LUSTRACIÓ

Amb Sonikamonica  
Dimarts, 18.30 a 20.30 h  
Del 3 al 17 de juliol. 29,83 €

Taller pràctic que ens aproparà als diferents estils, tècniques i possibilitats de la il·lustració.

## TALLERS EN FAMÍLIA (AMB NADONS I INFANTS)

Només una persona adulta per cada nadó o infant.

#### CLOWN EN FAMÍLIA

Amb Hèctor Joan Pérez  
Dimecres, 17 a 18.15 h  
Del 4 al 18 de juliol. 19,88 €

Tothom té un clown dins, d'això els infants en saben molt. Però, i els pares i mares, us deixareu portar pel camí del nas vermell? *Per a infants de 4 a 6 anys.*

#### IOGA AMB NADONS

Amb Jaquelina Quiroga  
Dijous, 17.30 a 18.30 h  
Del 5 al 19 de juliol. 14,91 €

loga i exercicis hipopressius mentre gaudeixes de jocs amb el teu nadó. *Per a nadons d'1 a 11 mesos.*

#### MÚSICA PER A NADONS

Amb Laia Díez d'A Granel SCCL  
Divendres, 10.15 a 11.15 h  
Del 6 al 20 de juliol. 14,91 €

Experiència sonora amb instruments, cançons de falda i massatges. *Per a nadons de 2 a 12 mesos.*

#### MÚSICA PER A INFANTS

Amb Laia Díez d'A Granel SCCL  
Divendres, 11.30 a 12.30 h  
Del 6 al 20 de juliol. 14,91 €

A partir de cançons del nostre folklore, tocaran i ballaran, treballant coordinació i socialització. *Per a infants d'1 a 3 anys.*

#### DANSA AMB NADONS

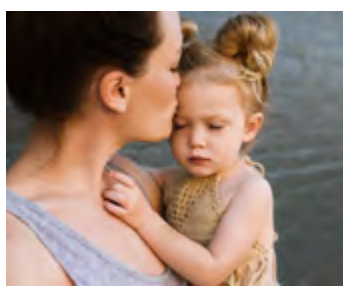
Amb Erica Borzese de Danza Corazón  
Dimarts, 17 a 18 h  
Del 3 al 17 de juliol. 14,91 €

Temps compartit per gaudir del vincle amb el teu nadó a través del moviment i la dansa. *Per a nadons de 3 a 18 mesos.*

#### DANSA AMB INFANTS

Amb Erica Borzese de Danza Corazón  
Dimarts, 18.15 a 19.15 h  
Del 3 al 17 de juliol. 14,91 €

Acompanyats pels seus pares o mares, els infants gaudiran del ritme, contacte i moviment. *Per a infants de 18 mesos a 3 anys.*



#### DANSA AFRICANA EN FAMÍLIA

Amb Anna Mbengúe  
Dilluns, 17 a 18 h  
Del 2 al 16 de juliol. 14,91 €

Compartir, connectar i dansar amb el teu fill o filla i tot a ritme de tambors. *Per a infants de 2 a 5 anys.*

## PETIT TÍSNER D'ESTIU. PETITA ESCOLA. GRANS ARTISTES

**De 25 de juny al 20 de juliol**  
L'escola Petit Tísner d'arts escèniques obre les seves portes també al juliol. Treballarem tècniques d'interpretació, veu i cant, cos i moviment...

**De dilluns a divendres de 9 a 14 h**

Divendres 6 i 20 de juliol fins les 18 h, per realitzar la Mostra Final. *Pel benefici de l'infant i del grup, si no s'inscriu a la quinzena sencera no es pot assegurar la seva participació a la mostra.*

**Reunió informativa famílies: dijous 7 de juny a les 20 h**

### PETIT TÍSNER CURS 2018 - 2019

Escola de formació artística en arts escèniques per a infants i joves  
Inscripcions a partir del 3 de setembre  
Inici d'escola: setmana de l'1 d'octubre

**Petits artistes grup A**  
Dilluns, 17.30 a 18.30 h  
26,25 € al mes. De 4 a 6 anys  
**Petits artistes grup B**  
Dijous, 17.30 a 18.30 h  
26,25 € al mes  
De 6 a 9 anys (1r, 2n i 3r)

### INFÀNCIA

#### Casal Infantil

Espai de lleure educatiu amb diferents ambients i activitats: Tardes kreatives, Belluga't, cuina, jocs teatrals i tardes experimentals.  
**Dilluns a divendres, 17 a 20 h**  
Un màxim de tres dies/setmana:  
**Dilluns:** 8 a 12 anys  
**Dimarts a divendres:** 4 a 12 anys  
Preu: 23,90 €/trimestre, 3,40 €/dia

Inscripcions: a partir del 3 de setembre  
Inici: setmana del 12 de setembre  
Places limitades. Més informació als desplegable específics.

**1r Torn:** 25 de juny al 6 de juliol

**2n Torn:** 9 al 20 de juliol  
Preu per Torn: 158 €  
Preu per setmana: 79€

**Petits artistes A.** Infants de 4 a 6 anys (P3, P4, P5)  
**Petits artistes B.** Infants de 6 a 9 anys (1r, 2n i 3r)  
**Teloners.** Infants de 9 a 12 anys (4t, 5è i 6è)  
**Debutants.** Joves de 12 a 17 anys (ESO i Batxillerat)

Places disponibles!

## TANGENT. FESTIVAL DE LES ARTS DE L'EIXAMPLE

### CUENTOS CRUENTOS

**Dijous 5 de juliol a les 20 h**  
Cia. Teatro Calánime  
Espai Escènic Tísner  
*Teatre musical*

Dóna una visió irreverent i contemporània de contes tradicionals. Espectacle que compta amb música en directe.



### SOLO CREO EN EL FUEGO

**Dijous 12 de juliol a les 20 h**  
Cia. Los Prometidos  
Espai Escènic Tísner  
*Teatre experimental*

Joc de miralls que pren textos dels escriptors i amants Anaïs Nin i Henry Miller per relacionar-los amb els somnis de l'Àngela i el Carlos, explorant els límits morals, la censura i la relació entre art i autobiografia.



### EXPOSICIÓ: VISIONS D'ULTRAMAR

Del 19 de juny al 31 de juliol. Art contemporani sense fronteres. Pintura i fotografia. *Col·lectiu: Ultramarinos, cultura y arte*

Projecte que consisteix en convidar fins a 20 artistes, de tècnica i procedència diversa, per tal que desenvolupin, des de la seva perspectiva particular, el concepte d'ultramar en un sentit ampli.

### TOPA

**Dijous 19 de juliol a les 20 h**  
Cia. Kukai Dantza  
Placeta del Mercat de Sant Antoni (c. Comte Borrell, entre c. Manso i c. Tamarit)  
*Dances urbanes i basca*

Quatre joves es troben en una plaça. Sona una música i arrenquen a ballar. És quelcom quotidià per a ells i elles. És la seva forma d'expressió. El carer, el seu espai vital, els uneix.



### LES FILOMENES

**Dimecres 25 de juliol a les 20 h**  
Espai Escènic Tísner. *Música*

Tres mosses d'arreu del Principat que toquen el contrabaix, l'acordió i, amb veus i claqué, presenten un espectacle Filomenal amb cançons tradicionals i no tan tradicionals.



## RESERVA D'ENTRADES

Activitats gratuïtes. Aforament limitat per aquelles que tenen lloc al teatre del centre. Les entrades es podran reservar online, telefònica o presencialment a partir d'una setmana abans. Es podran recollir a partir d'una hora abans de l'inici i fins a 15 minuts abans de començar. Es repartiran les entrades de reserves que no s'hagin retirat. En el cas de no poder gaudir de la reserva, preguem avisin amb antelació. Seients no numerats. Es prega puntualitat. No es permetrà l'accés un cop iniciada l'activitat.

## PROCEDIMENT D'INSCRIPCIONS

**Inscripcions** a tots els tallers a partir de l'11 de juny i fins exhaurir places  
Dilluns a divendres, 10 a 21 h  
Dissabtes, 10.30 a 13.30 h i de 16.30 a 19.30 h

**Podeu fer inscripcions ON-LINE a través del nostre web cotxeresborrell.net**

Disposem d'aire condicionat a totes les sales.

\* Tallers amb plus de material.

### INICI DELS TALLERS

Setmana del 2 de juliol  
Excepte aquells en què s'indiqui una data diferent

### RENOVACIÓ TALLERS TARDOR 2018

Renovacions per usuaris de primavera: del 3 al 7 de setembre  
Inscripcions: a partir del 12 de setembre i fins exhaurir places  
Inici dels tallers: setmana de l'1 d'octubre  
Excepte aquells en què s'indiqui una data diferent

## CESSIÓ D'ESPAIS

El Centre Cívic Cotxeres Borrell disposa d'espais de lloguer per a grups i entitats. Consulteu possibilitats i condicions.

