

**Talleres – Casa de la Juventud Prolongada “Santa Cruz”**  
**Calle Manuel Tovar - 255, Santa Cruz - Miraflores / TELÉFONO 438-7030**



CURSO	PROFESOR	DÍAS	HORA	COSTO/SESIÓN
<b>TALLER - RITMO CARIBEÑO</b>	prof. Dan sela	Lunes	9:00 a 11:00 am	S/. 10
<b>ZUMBA</b>	Prof. Maylin Cuno	Lunes	10:00 a 11:00 am	s/. 5
<b>AFRO - BAILE LATINO</b>	Prof. Shirley Aldama	Lunes	11:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 5
<b>GIMNASIA TERAPEUTICA</b>	Prof. Juana	Lunes	4:00 - 5:00 p.m.	Gratuito
<b>TONDERO Y MARINERA LIMEÑA</b>	Grupo Todas las Sangres	Lunes	3:00 - 4:00 p.m.	S/ 7
<b>MARINERA NORTEÑA</b>	Grupo Todas las Sangres	Lunes	4:00 - 5:00/5:00 - 6:00 p.m.	S/ 7
<b>TAI CHI / QI - GONG</b>	Prof. Teobaldo Rivera	Lunes	4:00 a 5:00 p.m.	S/ 7
<b>TAICHI BÁSICO</b>	Prof. José Guerra	Lunes	3:00 - 4:00 p.m.	S/ 5
<b>TEATRO</b>	Prof. Leonardo Torres	Lunes	11:00 a.m. a 1:00 p.m.	Gratuito
<b>AEROBICOS RITMICO</b>	Prof. Maylin Cuno	Martes	9:00 - 10:00 a.m.	S/ 5
<b>TALLER EMOCIONAL - LIBERA TUS EMOCIONES NEGATIVAS</b>	Prof. Fedor Larco	Martes	11:00	S/. 15
<b>AFRO - BAILE LATINO</b>	Prof. Shirley Aldama	Martes	11:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 5
<b>ARTE Y PINTURA</b>	Prof. Marco Dentone	Martes	9:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 5 por hora
<b>INGLES</b>	Prof. Flor Garay	Martes	9:00 a 11:00 a.m.	S/ 7
<b>BAILE MODERNO</b>	Prof. Kevin García	Martes	10:00 - 11:00 a.m.	S/ 5
<b>TAI CHI AVANZADO</b>	Prof. José Guerra	Martes	8:00 a 9:00 a.m.	S/ 5
<b>TANGO</b>	Prof. Luis A. Rojas	Martes	3:00 - 5:00 pm	S/. 10
<b>RISOTERAPIA</b>	Prof. Anita Sarabia	Martes	3:30 - 5:30 pm	S/. 7
<b>DANZAS PERUANAS</b>	Prof. Angel Alvarez	Martes	4:30 - 5:30 pm	S/. 7
<b>CANTO</b>	Prof. Juan Pereyra	Martes	3:00 - 5:00 p.m.	S/ 10
<b>TAI CHI</b>	Prof. Flores	Martes	3:00 a 3:30 p.m.	S/ 5
<b>GIMNASIA TERAPEUTICA</b>	Prof. Juana	Martes	3:30 - 4:30 p.m.	Gratuito
<b>TALLER - RITMO CARIBEÑO</b>	prof. Dan sela	Miercoles	9:00 a 11:00 am	S/. 10
<b>TALLER MANEJO DE CELULARES Y TABLETS</b>	Prof. Roxana Ruiz	Miércoles	9:00 a 11:00 a.m.	Gratuito
<b>TALLER MANEJO DE CELULARES Y TABLETS</b>	Prof. Roxana Ruiz	Miércoles	11:15 a 1:00 p.m.	Gratuito
<b>HOBA SADHANA (Yoga, Meditación y Respiración)</b>	Prof. Barbara Casallo	Miércoles	9:00 a 10:00 a.m.	S/ 5
<b>BAILE ZUMBA</b>	Prof. Maylin Cuno	Miércoles	10:00 - 11:00 a.m.	S/ 5
<b>PINTURA</b>	Prof. Ana Torres	Miércoles	9:00 - 11:00 A.m.	S/ 14
<b>AFRO - BAILE LATINO</b>	Prof. Shirley Aldama	Miércoles	11:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 5
<b>MEMORIA</b>	Prof. Carlos Mejía	Miércoles	11:00 a.m. a 12:30 p.m.	S/ 5
<b>GUIARRA</b>	Prof. Juan Pereyra	Miércoles	2:00 - 4:00 p.m.	S/ 10
<b>TEJIDO</b>	Prof. Soledad Bustamante	Miércoles	3:00 - 5:00 p.m.	S/ 10
<b>TONDERO Y MARINERA LIMEÑA</b>	Grupo Todas las Sangres	Miércoles	3:00 - 4:00 p.m.	S/ 7
<b>GIMNASIA TERAPEUTICA</b>	Prof. Juana	Miércoles	3:30 - 4:30 p.m.	Gratuito
<b>MARINERA NORTEÑA</b>	Grupo Todas las Sangres	Miércoles	4:00 - 5:00/5:00 - 6:00 p.m.	S/ 7
<b>AEROBICOS RITMICO</b>	Prof. Maylin Cuno	Jueves	10:00 - 11:00 a.m.	S/ 5
<b>TANGO</b>	Prof. Luis A. Rojas	Jueves	10:30 - 12:30 M	S/. 10
<b>AFRO - BAILE LATINO</b>	Prof. Shirley Aldama	Jueves	11:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 5
<b>INGLES</b>	Prof. Flor Garay	Jueves	9:00 a 11:00 a.m.	S/ 7
<b>MEMORIA</b>	Prof. Carlos Mejía	Jueves	11:15 a.m. a 12:45 p.m.	S/ 5
<b>TALLER FORTALEC. MUSCULAR Y NUTRICIÓN</b>	Programa de Nutrición	Jueves	9:00 a 10:30 a.m.	Gratuito
<b>Desarrollo Humano con Constelaciones Familiares</b>	Ter. Aleyda Aguirre Rodriguez	Jueves	3:00 - 5:30 pm	S/. 10
<b>TAICHI BÁSICO</b>	Prof. José Guerra	Jueves	3:00 - 4:00 p.m.	S/ 5
<b>DANZAS PERUANAS</b>	Prof. Angel Alvarez	Jueves	4:30 - 5:30 pm	S/. 7
<b>CANTO</b>	Prof. Juan Pereyra	Jueves	3:00 - 5:00 p.m.	S/ 10
<b>TAI CHI</b>	Prof. Flores	Jueves	3:00 a 3:30 p.m.	S/ 5
<b>AFRO - BAILE LATINO</b>	Prof. Shirley Aldama	Viernes	11:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 5
<b>CANTO</b>	Prof. Juan Pereyra	Viernes	10:00 a.m. - 12:00 m.	S/ 10
<b>MEMORIA</b>	Prof. Carlos Mejía	Viernes	10:00 a 11:30 a.m.	S/ 5
<b>TALLER CREATIVO LOS ESCRIBIDORES</b>	Prof. Milagros Salas	Viernes	9:30 a.m. a 11:00 a.m.	S/ 10
<b>YOGA</b>	Prof. Silvia Siu	Viernes	10:00 a 11:00 a.m.	Gratuito
<b>BAILE MODERNO</b>	Prof. Kevin García	Viernes	10:00 - 11:00 a.m.	S/ 5
<b>TAI CHI AVANZADO</b>	Prof. José Guerra	Viernes	8:00 a 9:00 a.m.	S/ 5

<b>TONDERO Y MARINERA LIMEÑA</b>	Grupo Todas las Sangres	Viernes	3:00 - 4:00 p.m.	S/ 7
<b>TANGO</b>	Prof. Luis A. Rojas	Viernes	4:00 - 6:00 pm	S/. 10
<b>Movimiento creativo para la tercera edad</b>	Milagros del Aguila Meza	Viernes	3:00 - 4:00 pm	S/. 10
<b>MARINERA NORTEÑA</b>	Grupo Todas las Sangres	Viernes	4:00 - 5:00/5:00 - 6:00 p.m.	S/ 7
<b>PINTURA</b>	Prof. Ana Torres	Viernes	4:00 - 6:00 p.m.	S/ 14
<b>TEATRO</b>	Prof. Leonardo Torres	Viernes	11:00 a.m. a 1:00 p.m.	Gratis

**Talleres – Casa de la Juventud Prolongada “Santa Cruz”  
Calle Manuel Tovar - 255, Santa Cruz - Miraflores / Teléfono 438-7030**

La Casa de la Juventud Prolongada de Santa Cruz le informa sobre los talleres y atenciones programados para este 2018. El requisito indispensable es estar registrado/a en una de las casas de la Juventud Prolongada de Miraflores, y contar con su carnet. Para ello deberán cumplir con lo siguiente:

- Tener mínimo 60 años
- Residir en Miraflores (acreditarlo con DNI)

El ingreso a todos los talleres será de acuerdo al aforo y orden de llegada.

**SALAS DE ENTRETENIMIENTO – consultar disponibilidad en informes**

- **Ping pong** (2h por participante mirafloresino)
- **Billar** (2h por participante mirafloresino)
- **Biblioteca** (libre de 9:00 am a 6:00 pm)
- **Tarde de Cine y Cine forum** (libre todos los jueves de 3 a 5 pm.)
- **Karaoke** (libre todos los viernes de 3 a 5 pm.)
- **Tardes de juego de mesa** (libre todos los martes de 3 a 5 pm.)

El ingreso a todos los talleres será de acuerdo al aforo y orden de llegada.

<b>Ejercicios funcionales (Telef. 991206381 - 949186525)</b>	(Gimnasio WOS Training)	Lunes a viernes	7:00 a.m. a 12:00 m y 6:00 p.m. a 9:00 p.m.	S/ 50
<b>Computación (Informática Básico - intermedio) 999454147</b>	2 horas	Consultar horario disponible		S/ 70 por 20 sesiones

**SERVICIOS DE CONSULTORIO MÉDICO**

Servicios	Profesionales	Frecuencia	Hora	Costo
<b>Podología (Previa Cita)</b>	Sr. Juan Pimentel (Teléf. 993021104)	Lun – mier	8:30 a.m. a 12:30 p.m.	S/ 20
		Viernes	2:00 a 5:00 p.m.	
<b>Laboratorio</b>	Dr. Paul Calderón	Mar - jue	8:00 a 11:00 a.m.	S/ 25
<b>Terapia Física</b>	Lic. Bryan Carbonel	Mar – jue - sab	8:30 a.m. a 12:30 p.m.	S/ 30
<b>Reiki</b>	Dora Cornejo	Lunes	2:00 a 5:00 p.m.	S/ 25
<b>Asesoría Psicológica</b>	Dra. Patricia Rodríguez (Teléf. 967740707)	Martes y jueves	3:00 a 6:00 p.m.	S/ 25
<b>Masoterapia (Previa Cita)</b>	Juana Elías (Teléf. 992693906)	Viernes	9:00 a.m. a 1:00 p.m.	S/ 20 ( 20 minutos )
<b>Consultorio de Constelaciones Familiares</b>	Ter. Aleyda Aguirre Rodriguez Telf 998169733	Miércoles	2:00 - 6:00 pm	S/. 50 x sesión, 3 sesiones por S/. 100
<b>Consultorio Nutricional (previa cita)</b>	Mercedes Martinez Telef. 992 908 837	Martes	2:00 a 6:00 p.m.	S/ 25 por sesión