



SEMINARIOS					
DISTRITO	LUGAR	UNIDAD	DÍAS/HORAS	SEMINARIO	AFORO
ARGANZUELA	Centro Dotacional Integrado Arganzuela C/ de Palos de la Frontera, 40	Sala gimnasio	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	23, 30 de abril, 7 y 14 de mayo	20
BARAJAS	CDM Barajas Avda. Logroño, 70	Sala multiusos 2	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	10
CARABANCHEL	CDM Francisco Fernandez Ochoa C. Catorce Olivas, 1	Sala 2	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	15
CHAMARTÍN	CDM Pradillo Pradillo, 33	Sala 2 (Sala de espejos)	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	23, 30 de abril, 7 y 14 de mayo	15
CHAMBERÍ	Inscripciones en Estadio Vallehermoso Espacio de Igualdad María Zambrano C/Andrés Mellado, 44	Sala María Zambrano	LUNES, JUEVES Y VIERNES 10:00-14:00 h.	2, 5, 6 y 9 de mayo	10
CIUDAD LINEAL	CDM Pueblo Nuevo C/ Francisco Rioja, 14	Gimnasio	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	23, 30 de abril, 7 y 14 de mayo	12
FUENCARRAL-EL PARDO	CDM La Masó C/ La maso, 80 (C/V Ventisquero de la Condesa)	Sala de aeróbic	SÁBADOS 17:00-21:00 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	15
HORTALEZA	CDM Hortaleza Crta. La Estación de Hortaleza, 11	1/3 Pabellón	JUEVES 12:00-15:00 h.	21, 28 de abril, 5, 12 y 19 de mayo	20
LATINA	CDM Aluche Avda. General Fanjul, 14	Sala de karate (pabellón 2)	VIERNES 13:00-16:00 h.	29 de abril, 6, 13, 20 y 27 de mayo	12
MONCLOA ARAVACA	CDM Alfredo Goyeneche C/ Arroyo de Pozuelo, 99	Sala polivalente (aeróbic)	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	10
	CDM Fernando Martín Avenida Santo Ángel de la Guarda, 6	Pabellón (Bádminton 1 y 2)	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	23, 30 de abril, 7 y 14 de mayo	30
MORATALAZ	CDM Moratalaz Valdebernardo, s/n	Sala de psicomotricidad	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	12
PUENTE DE VALLECAS	CDM Wilfred Agbonavbare C/Reguera de Tomateros, 39B	Sala multitrabajo	VIERNES 11:00-15:00 h.	3, 10, 17 y 24 de junio	15



SEMINARIOS

DISTRITO	LUGAR	UNIDAD	DÍAS/HORAS	SEMINARIO	AFORO
RETIRO	CDM La Chopera Paseo Fernán Núñez, 3	Circuito Vita (zona exterior)	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	7, 14, 21 y 28 de mayo	25
SALAMANCA	IDB Torrespaña C/ Nudo M-30 c/v Alcalde Sáinz de Baranda, 94	Pista Polideportiva	10:00-14:00 h.	30 de abril, 7, 14, 21 y 28 de mayo	20
SAN BLAS – CANILLEJAS	CDM San Blas C/ Arcos de Jalón, 59	Sala de artes marciales	SÁBADOS 10:00-14:00 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	18
TETUÁN	CDM Playa Victoria C/ de la Hierbabuena, 2	Pradera/solárium (zona exterior)	SÁBADOS 9:00-13:00 h.	7, 14, 21 y 28 de mayo	18
USERA	CDM Orcasitas Avda. Rafaela Ibarra, 52	Sala polideportiva Pabellón Jesús Rollan 1ª Planta	SÁBADOS 9:30-13:30 h.	4, 11, 18 y 25 de junio	18
VICÁLVARO	CDM Faustina Valladolid C/ Ladera de los Almendros, 2	Tatami (Sala de artes marciales)	SÁBADOS 12:15-15:15 h.	30 de abril, 7, 14, 21 y 28 de mayo	15
VILLA DE VALLECAS	CDM Cerro Almodóvar Ctra. Valencia, km 9,500	Sala de colectivas / tatami	SÁBADOS Y DOMINGOS 10:00-14:00 h.	28, 29 de mayo, 4 y 5 de junio	15

CURSOS

DISTRITO	LUGAR	UNIDAD	DÍAS/HORAS	CURSO	AFORO
CARABANCHEL	CDM Blanca Fernández Ochoa C/ Monseñor Óscar Romero, 41	Sala Multiusos	SÁBADOS 10:00-13:00 h.	12, 19, 26 de marzo, 2, 9, 23 de abril, 7, 21, 28 de mayo, 4 y 11 de junio	15
MONCLOA ARAVACA	CDM Casa de Campo po Puerta del Ángel 7	Sala Polivalente	SÁBADOS 10:00-13:00 h.	12, 19, 26 de marzo, 2, 9, 23 de abril, 7, 21, 28 de mayo, 4 y 11 de junio	20
VILLAVERDE	CDM San Cristóbal Plaza de los Pinazos, 9	Sala de Artes Marciales	SÁBADOS 10:00-13:00 h.	12, 19, 26 de marzo, 2, 9, 23 de abril, 7, 21, 28 de mayo, 4 y 11 de junio	15



JORNADAS					
DISTRITO	LUGAR	UNIDAD	JORNADA	HORARIO	AFORO
ARGANZUELA	CDM Marqués de Samaranch P.º Imperial, 20	Gimnasio / Sala	Sábado 5 de marzo	10:00 - 14:00 h.	20
BARAJAS	CDM Barajas Avda. Logroño, 70	Sala multiusos 2	Sábado 5 de marzo	10:00 - 14:00 h.	10
CIUDAD LINEAL	CDM San Juan Bautista C/ Treviana, 1	Pista de tenis u otras opciones	Sábado 12 de marzo	10:00 - 14:00 h.	8
FUENCARRAL-EL PARDO	CDM La Masó C/ La maso, 80 (C/V Ventisquero de la Condesa)	Sala aeróbic	Sábado 12 de marzo	12:00 - 15:00 h.	15
LATINA	CDM Aluche Avda. General Fanjul, 14	Sala de kárate (pabellón 2)	Viernes 11 de marzo	13:00 - 16:00 h.	12
PUENTE DE VALLECAS	CDM Entrevías Ronda del Sur Nº4	Sala grande	Sábado 5 de marzo	10:00 - 14:00 h.	30
RETIRO	CDM La Chopera Paseo Fernán Núñez, 3	Circuito Vía	Sábado 5 de marzo	10:00 - 14:00 h.	25
SAN BLAS - CANILLEJAS	CDM San Blas C/ Arcos de Jalón, 59	Sala de artes marciales. Tapiz de lucha	Sábado 5 de marzo	10:00 - 14:00 h.	14
VILLA DE VALLECAS	CDM Cerro Almodóvar Ctra. Valencia, km 9,500	Tatami de lucha	Viernes 11 de marzo	17:00 - 21:00 h.	15
VILLAVERDE	CDM San Cristóbal Plaza de los Pinazos, 9	Sala de Artes Marciales	Sábado 5 de marzo	10:00 - 14:00 h.	15