CURSOS CULTURALES Y DE DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL

11 enero - 25 enero
PREVENCIÓN DEL BURNOUT EN ESTUDIANTES*
Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: **0** € / 18 - 30 años **0** €

1 febrero - 22 febrero
ENTRE LIKES, AMISTAD Y AMOR: CÓMO NOS RELACIONAMOS HOY*
Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: **0** € / 18 - 30 años **0** €

1 marzo - 22 marzo
COMPARACIÓN SOCIAL E IMAGEN CORPORAL EN REDES SOCIALES*
Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: **0** € / 18 - 30 años **0** €

11 enero - 22 marzo
CERÁMICA DE SECADO AL AIRE (EUSKERA)
Lunes: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

14 enero - 18 marzo
CERÁMICA DE SECADO AL AIRE*
Jueves: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: **18,80** € / 18 - 30 años: **22,80** €

12 enero - 30 marzo
DISEÑO DE MODA: CORTA, COSE Y TRANSFORMA
Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

13 enero - 31 marzo
TALLA DE MADERA*
Miércoles: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

13 enero - 31 marzo
ESPACIO CREATIVO: PAPERCRAFT, LETTERING Y SCRAPBOOKING*
Miércoles: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

14 enero - 18 marzo
COCINA DE CUCHARA: RECETAS PARA ENTRAR EN CALOR
Jueves: 18:50 - 20:50
14 - 17 años: **33,20** € / 18 - 30 años: **39,60** €

7 enero - 18 marzo
MACRAMÉ PARA PRINCIPIANTES
Jueves: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

9 enero - 20 marzo
ILUSTRACIÓN EN ACUARELA*
Sábados: 10:00 - 11:55
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

9 enero - 20 marzo
DIBUJO CON CARBONCILLO*
Sábados: 12:00 - 13:55
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

ESTÉTICA Y BIENESTAR

11 enero - 31 marzo
PILATES (MAÑANAS)
Lunes y Miércoles: 09:30 - 10:25
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

11 enero - 31 marzo
PILATES
Lunes y Miércoles: 18:30 - 19:25
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

12 enero - 30 marzo
YOGA (MAÑANAS)
Martes y Jueves: 09:30 -10:25
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

12 enero - 30 marzo
YOGA (EUSKERA)
Martes y Jueves: 17:45 -18:55
14 - 17 años: **25,85** € / 18 - 30 años: **31,35** €

12 enero - 30 marzo
MAQUILLAJE Y ESTÉTICA
Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

11 enero - 31 marzo
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (MAÑANAS)
Lunes y Miércoles: 10:30 - 11:25
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

11 enero - 31 marzo
CROSS TRAINING (INICIACIÓN)
Lunes y Miércoles: 17:00 - 17:55
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

11 enero - 31 marzo
GAP
Lunes y Miércoles: 17:30 - 18:25
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

11 enero - 31 marzo
BOX FITNESS
Lunes y Miércoles: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

11 enero - 31 marzo
ZUMBA FITNESS
Lunes y Miércoles: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

11 enero - 31 marzo
HIPOPRESIVOS + CORE
Lunes y Miércoles: 19:30 - 20:25
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

7 enero - 30 marzo
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
Martes y Jueves: 17:00 - 17:55
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

7 enero - 30 marzo
TONO PUMP
Martes y Jueves: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: **21,60** € / 18 - 30 años: **26,20** €

12 enero - 30 marzo
BOX FITNESS (AVANZADO) (EUSKERA)
Martes y Jueves: 18:30 - 19:55
14 - 17 años: **31** € / 18 - 30 años: **37,60** €

DANZA Y EXPRESIÓN

11 enero - 22 marzo
COMERCIAL DANCE
Lunes: 19:30 - 20:55
14 - 17 años: **15,50** € / 18 - 30 años: **18,80** €

12 enero - 30 marzo
AFRODANCE
Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

12 enero - 30 marzo
DANZA DEL VIENTRE
Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

13 enero - 31 marzo
BAILES LATINOS I
Miércoles: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

13 enero - 31 marzo
DANCEHALL
Miércoles: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

7 enero - 18 marzo
BAILES LATINOS II
Jueves: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

14 enero - 18 marzo
VOGUE
Jueves: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: **18,80** € / 18 - 30 años: **22,80** €

9 enero - 20 marzo
HIPHOP (NEW STYLE)
Sábados: 10:00 - 11:55
14 - 17 años: **20,70** € / 18 - 30 años: **25,10** €

9 enero - 20 marzo
TRAP
Sábados: 12:10 - 13:10
14 - 17 años: **10,35** € / 18 - 30 años: **12,55** €

12 enero - 30 marzo
TEATRO
Martes: 17:30 - 19:25
14 - 17 años: **22,55** € / 18 - 30 años: **27,35** €

TALLERES GRATUITOS DE INFORMÁTICA

12 y 14 de enero
HOMELAB: DESCUBRE CÓMO FUNCIONA UN ORDENADOR
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

19 y 21 de enero
HOMBELAB: LINUX I
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

26 y 28 de enero
HOMBELAB: LINUX II
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

2 y 4 de febrero
VALORANT I: INICIACIÓN
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

9 y 11 de febrero
VALORANT II: AGENTES, MAPAS Y JUEGO EN EQUIPO
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

16 y 18 de febrero
VALORANT III: PREPARACIÓN Y PRÁCTICA
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

23 y 25 de febrero
HOMELAB: REDES DESDE CERO I
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

2 y 4 de marzo
HOMELAB: REDES DESDE CERO II
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

9 y 11 de marzo
HOMELAB: INTRODUCCIÓN AL HACKING ÉTICO
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

16 y 18 de marzo
HOMELAB: ATAQUES, VULNERABILIDADES Y DEFENSA
Martes y Jueves: 19:00 - 20:25

***Monitor/a bilingüe (castellano/euskera)**

¿CÓMO APUNTARTE?

LUGAR Y HORARIO

En la Casa de la Juventud (C/ Sangüesa, 30)
- De lunes a viernes 09:00 - 14:00 y 16:00 - 21:00 horas
- Sábados 10:00 - 14:00 y 17:00 - 21:00 horas
- Domingos 10:00 - 14:00 horas

PLAZO DE INSCRIPCIÓN
- Juventud de 14 a 30 años **empadronada en pamplona o con centro de estudios en Pamplona a partir del 17/11/26**
- **Resto de jóvenes** y personas de **31 a 35 años a partir del 24/11/26**

No olvides traer tu DNI al matricularte.
No se devolverá el importe de la matrícula si no se avisa al menos con cinco días de antelación al comienzo del curso.

+ INFO

948 233 512 / casajuventud@casajuventud.com

Negua 2027

Iruña Gaztea

Gaztediaren Etxeko ikastaro berriak Izena eman!

Pamplonajoven.es/eu/
@irunagaztea

Iruñeko Udala | Ayuntamiento de Pamplona

Dl. Nal. LE 870/2026

KULTUR IKASTAROAK ETA GARAPEN PERTSONAL ETA PROFESIONALA

Urtarrilak 11 - Urtarrilak 25

BURNOUTAREN PREBENTZIOA IKASLEENGAN*

Astelehena: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: **0** € / 18 - 30 urte **0** €

Otsailak 1 - Otsailak 22

LIKEN, ADISKIDETASUNAREN ETA MAITASUNAREN ARTEAN: NOLA HARREMANTZEN GARA GAUR*

Astelehena: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: **0** € / 18 - 30 urte **0** €

Martxoak 1 - Martxoak 22

GIZARTE ALDERAKETA ETA GORPUTZ-IRUDIA SARE SOZIALETAN*

Astelehena: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: **0** € / 18 - 30 urte **0** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 22

AIREAN LEHORTZEKO ZERAMIKA (EUSKARA)

Astelehena: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

Urtarrilak 14 - Martxoak 18

AIREAN LEHORTZEKO ZERAMIKA*

Ostegunak: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: **18,80** € / 18 - 30 urte: **22,80** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

MODA DISEINUA: MOZTU, JOSI ETA ERALDATU

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 13 - Martxoak 31

ZUR-LANKETA*

Asteazkena: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 13 - Martxoak 31

SORMEN-ESPAZIOA: PAPERCRAFT, LETTERING ETA SCRAPBOOKING*

Asteazkena: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 14 - Martxoak 18

KOILARA-SUKALDARITZA: BEROTAN SARTZEKO ERREZETAK

Osteguna: 18:50 - 20:50
14 - 17 urte: **33,20** € / 18 - 30 urte: **39,60** €

Urtarrilak 7 - Martxoak 18

HASIBERRIENTZAKO MAKRAMEA

Osteguna: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

Urtarrilak 9 - Martxoak 20

AKUARELAKO ILUSTRAZIOA*

Larunbatak: 10:00 - 11:55
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

Urtarrilak 9 - Martxoak 20

IKATZ-ZIRIAREKIN EGINDAKO MARRAZKIA*

Larunbatak: 12:00 - 13:55
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

ESTETIKA ETA ONGIZATEA

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

PILATES (GOIZEZ)

Astelehena eta Asteazkena: 09:30 - 10:25
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

PILATES

Astelehena eta Asteazkena: 18:30 - 19:25
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

YOGA (GOIZEZ)

Asteartea eta Osteguna: 09:30 - 10:25
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

YOGA (EUSKARA)

Asteartea eta Osteguna: 17:45 - 18:55
14 - 17 urte: **25,85** € / 18 - 30 urte: **31,35** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

MAKILLAJEA ETA ESTETIKA

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

KIROL EKINTZAK

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

ENTRENAMENDU FUNTZIONALA (GOIZEZ)

Asteartea eta Osteguna: 10:30 - 11:25
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

CROSS TRAINING (HASTAPENA)

Astelehena eta Asteazkena: 17:00 - 17:55
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

GAP

Astelehena eta Asteazkena: 17:30 - 18:25
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

BOX FITNESS

Astelehena eta Asteazkena: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

ZUMBA FITNESS

Astelehena eta Asteazkena: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 11 - Martxoak 31

HIPOPRESIBOAK + CORE

Astelehena eta Asteazkena: 19:30 - 20:25
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 7 - Martxoak 30

ENTRENAMENDU FUNTZIONALA

Asteartea eta Osteguna: 17:00 - 17:55
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 7 - Martxoak 30

TONO PUMP

Asteartea eta Osteguna: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: **21,60** € / 18 - 30 urte: **26,20** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

BOX FITNESS (AURRERATUA) (EUSKARA)

Asteartea eta Osteguna: 18:30 - 19:55
14 - 17 urte: **31** € / 18 - 30 urte: **37,60** €

DANTZA ETA ESPRESIOA

Urtarrilak 11 - Martxoak 22

COMERCIAL DANCE

Astelehena: 19:30 - 20:55
14 - 17 urte: **15,50** € / 18 - 30 urte: **18,80** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

AFRODANCE

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

SABEL DANTZA

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 13 - Martxoak 31

LATINDAR DANTZAK I

Asteazkena: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 13 - Martxoak 31

DANCEHALL

Asteazkena: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

Urtarrilak 7 - Martxoak 18

LATINDAR DANTZAK II

Osteguna: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

Urtarrilak 14 - Martxoak 18

VOGUE

Osteguna: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: **18,80** € / 18 - 30 urte: **22,80** €

Urtarrilak 9 - Martxoak 20

HIPHOP (NEW STYLE)

Larunbatak: 10:00 - 11:55
14 - 17 urte: **20,70** € / 18 - 30 urte: **25,10** €

Urtarrilak 9 - Martxoak 20

TRAP

Larunbatak: 12:10 - 13:10
14 - 17 urte: **10,35** € / 18 - 30 urte: **12,55** €

Urtarrilak 12 - Martxoak 30

ANTZERKIA

Asteartea: 17:30 - 19:25
14 - 17 urte: **22,55** € / 18 - 30 urte: **27,35** €

INFORMATIKAKO DOAKO MINTEGIAK

Urtarrilak 12 eta 14

HOMELAB: ORDENAGAILU BATEK NOLA FUNTZIONATZEN DUEN EZAGUTU

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Urtarrilak 19 eta 21

HOMBELAB: LINUX I

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Urtarrilak 26 eta 28

HOMBELAB: LINUX II

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Otsailak 2 eta 4

VALORANT I: HASTAPENA

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Otsailak 9 eta 11

VALORANT II: AGENTEAK, MAPAK ETA TALDE-JOKOA

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Otsailak 16 eta 18

VALORANT III: PRESTAKUNTZA ETA PRAKTIKA

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Otsailak 23 eta 25

HOMELAB: SAREAK ZEROTIK I

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Martxoak 2 eta 4

HOMELAB: SAREAK ZEROTIK II

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Martxoak 9 eta 11

HOMELAB: HACKING ETIKOAREN HASTAPENAK

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

Martxoak 16 eta 18

HOMELAB: ERASOAK, AHULTASUNAK ETA DEFENTSA

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25

***Monitore elebiduna (gaztelera/euskara)**

NOLA EMAN IZENA?

LEKUA ETA ORDUTEGIA

Gaztediaren Etxean (Zangoza k., 30)

- Astelehenetik ostiralera 9:00etatik 14:00etara eta 16:00etatik 21:00etara
- Larunbatak 10:00etatik 14:00etara eta 17:00etatik 21:00etara
- Igandeak 10:00etatik 14:00etara

IZENA EMATEKO EPEA

- **Iruñean erroldatutako edo ikastetxea Iruñean** duten 14-30 urteko gazteak **26/11/17**
- **Gainerako gazteak eta 31 eta 35 urte bitarteko gazteak 26/11/24**

Matrikulatzerakoan ez ahaztu zure N.A.N-a ekartzea.
Ikastaroa hasi baina bost egun lehenago gutxienez ez bada abisatzen, ez da matrikularen zenbatekoa itzuliko.

INFO +

948 233 512 / casajuventud@casajuventud.com

Invierno 2027

Pamplona Joven

Nuevos cursos de la Casa de la Juventud ¡Apúntate!



Pamplonajoven.es
@PamplonaJoven

Iruñeko Udala | Ayuntamiento de Pamplona

TS M-1.289/2018