

CURSOS CULTURALES Y DE DESARROLLO PERSONAL Y PROFESIONAL

5 octubre - 26 octubre
CÓMO AFRONTAR EL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD*

Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

9 noviembre - 23 noviembre
FORTALEZAS PERSONALES Y RESILIENCIA PARA AFRONTAR LOS RETOS*

Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

7 diciembre - 21 diciembre
RELACIONARNOS ONLINE: ENTRE EL FOMO Y EL GHOSTING*

Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

14 septiembre - 21 diciembre
CERÁMICA DE SECADO AL AIRE (EUSKERA)

Lunes: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

17 septiembre - 10 diciembre
CERÁMICA DE SECADO AL AIRE*

Jueves: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
DISEÑO DE MODA: CORTA, COSE Y TRANSFORMA

Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
DECORACIÓN SOBRE TEXTIL*

Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

16 septiembre - 9 diciembre
TALLA DE MADERA*

Miércoles: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

17 septiembre - 10 diciembre
COCINA FÁCIL, SANA Y DE TEMPORADA

Jueves: 18:50 - 20:50
14 - 17 años: 39,10 €/18 - 30 años: 46,55 €

17 septiembre - 10 diciembre
MACRAMÉ PARA PRINCIPIANTES

Jueves: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

26 septiembre - 12 diciembre
ILUSTRACIÓN EN ACUARELA*

Sábados: 10:00 - 11:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

26 septiembre - 12 diciembre
DIBUJO CON CARBONCILLO*

Sábados: 12:00 - 13:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

ESTÉTICA Y BIENESTAR

14 septiembre - 16 diciembre
PILATES

Lunes y Miércoles: 18:30 - 19:25
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

14 septiembre - 21 diciembre
YOGA*

Lunes: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 16,55 €/18 - 30 años: 20,15 €

15 septiembre - 15 diciembre
PILATES (MAÑANAS)

Martes y Jueves: 09:30 - 10:25
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
YOGA (EUSKERA)

Martes y Jueves: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
MAQUILLAJE Y ESTÉTICA

Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

5 octubre - 19 octubre
PLANTAS MEDICINALES DE OTOÑO

Lunes y Miércoles: 18:00 - 20:55
14 - 17 años: 11,05 €/18 - 30 años: 13,45 €

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

14 septiembre - 16 diciembre
CROSS TRAINING (INICIACIÓN)

Lunes y Miércoles: 17:00 - 17:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

14 septiembre - 16 diciembre
GAP

Lunes y Miércoles: 17:30 - 18:25
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

14 septiembre - 16 diciembre
BOX FITNESS

Lunes y Miércoles: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

14 septiembre - 16 diciembre
ZUMBA FITNESS

Lunes y Miércoles: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

14 septiembre - 16 diciembre
HIPOPRESIVOS + CORE

Lunes y Miércoles: 19:30 - 20:25
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
TONO PUMP

Martes y Jueves: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
BOX FITNESS (INICIACIÓN) (EUSKERA)

Martes y Jueves: 18:00 - 18:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
BOX FITNESS (AVANZADO) (EUSKERA)

Martes y Jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 33,10 €/18 - 30 años: 40,30 €

DANZA Y EXPRESIÓN

14 septiembre - 21 diciembre
COMERCIAL DANCE

Lunes: 19:30 - 20:55
14 - 17 años: 16,55 €/18 - 30 años: 20,15 €

15 septiembre - 15 diciembre
DANZA CONTEMPORÁNEA Y MODERNA*

Martes: 17:00 - 17:55
14 - 17 años: 11,05 €/18 - 30 años: 13,45 €

15 septiembre - 15 diciembre
AFRODANCE

Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

15 septiembre - 15 diciembre
DANZA DEL VIENTRE

Martes: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

16 septiembre - 9 diciembre
BAILES LATINOS I

Miércoles: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

17 septiembre - 10 diciembre
BAILES LATINOS II

Jueves: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

17 septiembre - 10 diciembre
DANCEHALL

Jueves: 19:00 - 20:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

26 septiembre - 12 diciembre
HIPHOP (NEW STYLE)

Sábados: 10:00 - 11:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

26 septiembre - 12 diciembre
TRAP

Sábados: 12:10 - 13:10
14 - 17 años: 11,05 €/18 - 30 años: 13,45 €

15 septiembre - 15 diciembre
TEATRO

Martes: 18:00 - 19:55
14 - 17 años: 22,10 €/18 - 30 años: 26,90 €

TALLERES GRATUITOS DE INFORMÁTICA

BLOQUE 1: ALFABETIZACIÓN DIGITAL Y EMPLEABILIDAD

1 y 3 de septiembre
APRENDE A USAR UN PC DESDE CERO I: PRIMER CONTACTO BÁSICO

Martes y Jueves: 11:30 - 12:55
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

8 y 10 de septiembre
APRENDE A USAR UN PC DESDE CERO II: NAVEGANDO POR EL ORDENADOR

Martes y Jueves: 11:30 - 12:55
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

15 y 17 de septiembre
APRENDE A USAR UN PC DESDE CERO III: INTERNET

Martes y Jueves: 11:30 - 12:55
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

22 y 24 de septiembre
CÓMO REALIZAR MI PRIMER CV

Martes y Jueves: 11:30 - 12:55
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

29 de septiembre
BÚSQUEDA DE TRABAJO POR INTERNET: CREA TU PERFIL PROFESIONAL A PARTIR DEL CV

Martes: 11:30 - 12:55
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

BLOQUE 2: CIBERSEGURIDAD Y HACKING ÉTICO DESDE CERO

1, 6 y 8 de octubre
HACKING ÉTICO 0: INTRODUCCIÓN Y CIBERSEGURIDAD BÁSICA

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

13 y 15 de octubre
HACKING ÉTICO I: AMENAZAS DIGITALES

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

20 y 22 de octubre
HACKING ÉTICO II: PRIMEROS PASOS EXPLORANDO REDES

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

27 y 29 de octubre
HACKING ÉTICO III: INTRODUCCIÓN A LOS LABORATORIOS

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

BLOQUE 3: PROGRAMACIÓN

3 y 5 de noviembre
¿QUÉ ES PROGRAMAR? PRIMEROS PASOS CON LÓGICA Y PENSAMIENTO COMPUTACIONAL

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

10 y 12 de noviembre
APRENDE PYTHON DESDE CERO I: VARIABLES, DATOS Y PRIMERAS INSTRUCCIONES

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

*Monitor/a bilingüe (castellano/euskera)

¿CÓMO APUNTARTE?

PLAZO DE INSCRIPCIÓN:

DEL 19/08/26 HASTA EL 13/09/26

- Juventud de 14 a 30 años empadronada en Pamplona o con centro de estudios en Pamplona a partir del 19/08/26

- Resto de jóvenes y personas de 31 a 35 años a partir del 26/08/26

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

No olvides traer tu DNI al matricularte.

LUGAR Y HORARIO:

De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 21:00 horas.

Sábados de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:00 horas.

Domingos de 10:00 a 14:00 horas.

Horario de verano (julio y agosto): De lunes a viernes de 10:30 a 13:30 horas y de 16:00 a 21:00 horas.

Casa de la Juventud (C/ Sangüesa, 30)

948 233 512

17 y 19 de noviembre
APRENDE PYTHON DESDE CERO II: CONDICIONES Y BUCLES

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

24 y 26 de noviembre
APRENDE PYTHON DESDE CERO III: DE LA TEORÍA A LA PRÁCTICA

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

BLOQUE 4: ESPORTS Y TRABAJO EN EQUIPO. APRENDE ESTRATEGIA CON VALORANT

9 y 10 de diciembre
VALORANT I: ESTRATEGIA, ROLES Y COMUNICACIÓN EN EQUIPO

Miércoles y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

15 y 17 de diciembre
VALORANT II: PRÁCTICA COMPETITIVA, ANÁLISIS Y MEJORA DE HABILIDADES

Martes y jueves: 19:00 - 20:25
14 - 17 años: 0 €/18 - 30 años: 0 €

Udazkena 2026

Iruña Gaztea

Gaztediaren Etxeko ikastaro berriak Izena eman!



KULTUR
IKASTAROAK
ETA GARAPEN
PERTSONAL ETA
PROFESIONALA

Urriak 5 - Urriak 26
NOLA AURRE EGIN ESTRESARI
ETA ANTSIETATEARI*

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

Azaroak 9 - Azaroak 23
ERRONKEI AURRE EGITEKO
INDARGUNEAK ETA
ERRESILIENTZIA*

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

Abenduak 7 - Abenduak 21
ONLINE HARREMANITZEA: FOMOAREN
ETA GHOSTINGAREN ARTEAN*

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

Irailak 14 - Abenduak 21
AIREAN LEHORTZEKO ZERAMIKA
(EUSKARA)

Astelehena: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 17 - Abenduak 10
AIREAN LEHORTZEKO ZERAMIKA*

Osteguna: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
MODA DISEINUA: MOZTU, JOSI
ETA ERALDATU

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
EHUNGINTZAREN GAINEKO
DEKORAZIOA*

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 16 - Abenduak 9
ZUR-LANKETA*

Asteazkena: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 17 - Abenduak 10
SUKALDARITZA ERRAZA,
OSASUNTUA ETA SASOIKOA

Osteguna: 18:50 - 20:50
14 - 17 urte: 39,10 €/18 - 30 urte: 46,55 €

Irailak 17 - Abenduak 10
HASIBERRIENTZAKO MAKramea

Osteguna: 18:00 - 19:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 26 - Abenduak 12
AKUARELAKO ILUSTRAZIOA*

Larunbata: 10:00 - 11:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 26 - Abenduak 12
IKATZ-ZIRIAREKIN EGINDAKO
MARRAZKIA*

Larunbata: 12:00 - 13:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

ESTETIKA ETA
ONGIZATEA

Irailak 14 - Abenduak 16
PILATES

Astelehena eta Asteazkena: 18:30 - 19:25
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 14 - Abenduak 21
YOGA*

Astelehena: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 16,55 €/18 - 30 urte: 20,15 €

Irailak 15 - Abenduak 15
PILATES (GOIZEZ)

Asteartea eta Osteguna: 09:30 - 10:25
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
YOGA (EUSKARA)

Asteartea eta Osteguna: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
MAKILLAJEA ETA ESTETIKA

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Urriak 5 - Urriak 19
UDAZKENEKO SENDABELARRAK

Astelehena eta Asteazkena: 18:00 - 20:55
14 - 17 urte: 11,05 €/18 - 30 urte: 13,45 €

KIROL
EKINTZAK

Irailak 14 - Abenduak 16
CROSS TRAINING (HASTAPENA)

Astelehena eta Asteazkena: 17:00 - 17:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 14 - Abenduak 16
GAP

Astelehena eta Asteazkena: 17:30 - 18:25
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 14 - Abenduak 16
BOX FITNESS

Astelehena eta Asteazkena: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 14 - Abenduak 16
ZUMBA FITNESS

Astelehena eta Asteazkena: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 14 - Abenduak 16
HIPOPRESIBOAK + CORE

Astelehena eta Asteazkena: 19:30 - 20:25
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
TONO PUMP

Asteartea eta Osteguna: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
BOX FITNESS (HASTAPENA)
(EUSKARA)

Asteartea eta Osteguna: 18:00 - 18:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
BOX FITNESS (AURRERATUA)
(EUSKARA)

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 33,10 €/18 - 30 urte: 40,30 €

DANTZA ETA
ESPRESIOA

Irailak 14 - Abenduak 21
COMERCIAL DANCE

Astelehena: 19:30 - 20:55
14 - 17 urte: 16,55 €/18 - 30 urte: 20,15 €

Irailak 15 - Abenduak 15
DANTZA GARAIIKIDEA ETA
MODERNOA*

Asteartea: 17:00 - 17:55
14 - 17 urte: 11,05 €/18 - 30 urte: 13,45 €

Irailak 15 - Abenduak 15
AFRODANCE

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 15 - Abenduak 15
SABEL DANTZA

Asteartea: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 16 - Abenduak 9
LATINDAR DANTZAK I

Asteazkena: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 17 - Abenduak 10
LATINDAR DANTZAK II

Osteguna: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 17 - Abenduak 10
DANCEHALL

Osteguna: 19:00 - 20:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 26 - Abenduak 12
HIPHOP (NEW STYLE)

Larunbata: 10:00 - 11:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

Irailak 26 - Abenduak 12
TRAP

Larunbata: 12:10 - 13:10
14 - 17 urte: 11,05 €/18 - 30 urte: 13,45 €

Irailak 15 - Abenduak 15
ANTZERKIA

Asteartea: 19:00 - 19:55
14 - 17 urte: 22,10 €/18 - 30 urte: 26,90 €

INFORMATIKAKO
DOAKO
MINTEGIAK

1. GAI-MULTZOA: ALFABETATZE
DIGITALA ETA ENPLEGAGARRITASUNA

Irailak 1 eta 3
IKASI PC BAT ERABILTZEN ZEROTIK I:
OINARRIZKO LEHEN KONTAKTUA

Asteartea eta Osteguna: 11:30 - 12:55
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Irailak 8 eta 10
IKASI PC BAT ERABILTZEN
ZEROTIK II: ORDENAGAILUAN
NABIGATUZ

Asteartea eta Osteguna: 11:30 - 12:55
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Irailak 15 eta 17
IKASI PC BAT ERABILTZEN
ZEROTIK III: INTERNET

Asteartea eta Osteguna: 11:30 - 12:55
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Irailak 22 eta 24
NOLA EGIN NIRE LEHEN CVA

Asteartea eta Osteguna: 11:30 - 12:55
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Irailak 29
LAN BILAKETA INTERNET
BIDEZ: SORTU ZURE PROFIL
PROFESIONALA CVTIK
ABIATUTA

Asteartea: 11:30 - 12:55
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

2. GAI-MULTZOA:
ZIBERSEGURTASUNA ETA HACKING
ETIKOA ZEROTIK HASITA

Urriak 1, 6 eta 8
HACKING ETIKOA 0:
SARRERA ETA OINARRIZKO
ZIBERSEGURTASUNA

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Urriak 13 eta 15
HACKING ETIKOA I:
MEHATXU DIGITALAK

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Urriak 20 eta 22
HACKING ETIKOA II: LEHEN
URRATSAK SAREAK ARAKATZEN

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Urriak 27 eta 29
HACKING ETIKOA III:
LABORATEGIETARAKO SARRERA

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

3. GAI-MULTZOA: PROGRAMAZIOA

Azaroak 3 eta 5
ZER DA PROGRAMATZEA?
LEHEN URRATSAK LOGIKA
ETA PENTSAMENDU
KONPUTAZIONALAREKIN

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

Azaroak 10 eta 12
IKASI PYTHON ZEROTIK I: ALDAGIAK,
DATUAK ETA LEHEN JARRAIBIDEAK

Asteartea eta Osteguna: 19:00 - 20:25
14 - 17 urte: 0 €/18 - 30 urte: 0 €

*Monitore elebiduna (gaztelera/euskara)

NOLA EMAN IZENA?

IZENA EMATEKO EPEA

26/08/19TIK 26/09/13RA

- Iruñean erroldatutako edo ikastetxea Iruñean duten 14-30 urteko gazteak
26/08/19tik aurrera
- Gainerako gazteak eta 31 eta 35 urte bitartekoak 26/08/26tik aurrera

Ikastaroa hasi baina bost egun lehenago gutxienez ez bada abisatzen, ez da matrikularen zenbatekoa itzuliko.

Matrikulatzerakoan ez ahaztu zure N.A.N-a ekartzea.

LEKUA ETA ORDUTEGIA:

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.
Udako ordutegia (uztaila eta abuztua): Astelehenetik ostiralera 10:30etatik 13:30etara eta 16:00etatik 21:00etara.

Gaztediaren Etxea (Zangoza k/, 30) 948 233 512

Otoño 2026

Pamplona
Joven

Nuevos
cursos de
la Casa de la
Juventud
¡Apúntate!

