

BIZAN

2025-2026

Deskubritu BIZANek eskaintzen duen guztia



Ongi etorri:

*BIZAN 60 urteko
gorakoentzako zentroen
sarea da.*

*Informazio espezializatua,
ikastaro eta jarduerak,
eta aktiboki parte hartu
ahal izateko programak
eskaintzen ditu.*

*Jarduera asko beste adin
batzuetako pertsonentzat
irekita daude.*

**BIZANEK BETI DAUKA
ZERBAIT ZURETZAT!**



ABETXUKU

Kooperatiba plaza, 8
945 162 661



ARANA

Aragoi kalea, 5
945 161 406



ARANBIZKARRA

Sierras Alavesas kalea, 1
945 161 411



ARIZNABARRA

Zaitegiko Gazteluaren kalea,
1-behea / 945 161 414



KOROATZEA

Arriagako atea, 14
945 161 420



PILAR

Venezuela kalea, 9
945 161 437



JUDIMENDI

Cola y Goiti kalea, 7
945 161 438



LAKUA-ARRIAGA

Fco. Javier Landaburu, 1
945 161 418



LANDAZURI

Landazuri kalea, 17
945 161 441



HERRANDARRAK

Herrandarren kalea, 3
945 161 456



SAN KRISTOBAL

Dulzaina kalea, 11
945 161 443



SAN MARTIN

Aurelio Vera-Fajardo
Margolariaren kalea 3, 5, 7
945 161 440



SAN PRUDENTZIO

Frantzia kalea, 33
945 161 820



SANSOMENDI

Oto hiribidea, 22-behea
945 161 449



TXAGORRITXU

Mexiko kalea, 11
945 161 452



ZARAMAGA

Gasteizko Cuadrilla kalea, 32
945 161 458



BIZAN INFO

Cadena y Eleta Apezpikuaren
kalea, 1
945 161 460

AURKIBIDEA

*BIZANek gauza asko eskaintzen dizkizu.
Kontsultatu liburuxka:*

2025-2026ko Ikastaro eta lantegiak	3
Sarbidea	3
Izen-ematea	4
Baldintza orokorrak	5
Ordainketa	6
Egutegia	7
Zozketarik gabeko ikastaro eta lantegiak	8
Zozketa behar duten ikastaro eta lantegiak	22
BIZANeko programak	39
BIZANen parte hartu	40
BIZANeko zerbitzuak	41
BIZAN digitala	42

IKASTAROETAN ETA LANTEGIETAN PARTE HARTZEA



*BIZANen ikastaro eta lantegietan
sartzeko bi modu daude:*



ZOZKETARIK GABE

Izena emateko hurrenkeraren arabera, lekuak bete arte.



ZOZKETA BIDEZ

Aldez aurretik zozketarako izena eman behar da. Zozketan lekua lortzen bada, dagokion zenbatekoa ordaindu behar da, adierazitako epean.

Baliteke liburuxka honetako datu batzuk aldatzea.

Udalaren webgunean informazio eguneratua duzu:

www.vitoria-gasteiz.org/bizan



IKASTARO ETA LANTEGIAK IZEN-EMATEA

NORTZUEK EMAN DEZAKETE IZENA?

- Nahitaezkoa da BIZAN txartela izatea.
- Edozein zentrotan egin daiteke txartela, unean bertan eta doan.
- Lantegi batzuk herritarrentzat irekiak dira eta ez da BIZAN txartelik behar.

IZENA EMATEKO LEKUAK

► Udalaren webgunearen bidez

www.vitoria-gasteiz.org/bizan

► Telefonoz

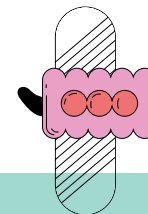
010 telefonora deituz egin ahalko da eskabidea; Gasteizko udalerritik kanpo egonez gero, 945 16 11 00 zenbakira deitu behar da.

► Aurrez aurre

Jarraian adierazitako lekuetan, horien ordutegian:

- BIZAN zentroak
- Gizarte-Etxeak eta Kirol-Instalazioak
- Herritarrei Laguntzeko Bulegoak

IZENA EMATEKO DATAK



ZOKKETARIK GABEKO IKASTARO ETA LANTEGIAK

Zokketarik gabeko ikastaro eta lantegiak

2025eko irailaren 8tik aurrera

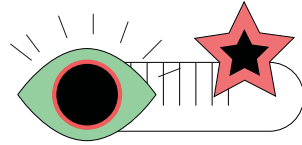
Lantegi hauetarako izan ezik

Ikasketa-maila ezberdinak dituzten jarduerak, 2. mailatik aurrera

2025/05/21etik 2025/09/08ra

55 urtetik gorakoentzako euskara-lantegiak

2025/09/08tik 2025/09/17ra



ZOZKETA BEHAR DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK

Zozketarako izena ematea

2025/07/11tik 2025/09/03ra

Zozketa

2025/09/04

Lekuak formalizatzea

2025/09/04tik 2025/09/10era

Hutsik geratutako lekuak jakinaraztea

2025/09/12

Hutsik geratutako lekuaetan izena ematea

2025/09/18tik aurrera



Datak aldatu egin daitezke lantegien ezaugarrien arabera; kontsultatu lehenago zein dagokion interesatzen zaizun lantegiari.

IKASTARO ETA LANTEGIAK BALDINTZAK



BALDINTZA OROKORRAK

- Izena eman aurretik, ikastaro eta lantegiak aukeratu behar dira, kodeak jakin, eta lehentasun-hurrenkeran ordenatuta eduki.
- Ikastaro eta lantegien definizioak zentroetan eta webgunean kontsulta daitezke:
www.vitoria-gasteiz.org/bizan
- Ezin da izen-ematea formalizatu izen bera duten bi lantegitan, zentro eta ordutegi ezberdinetan izan arren.
- Lantegi batzuen prezioan ez da sartzen materialen kostua eta mantentzea. Horiek ikasturtearen hasieran ordainduko dira, zentro bakoitzean (fotokopiak, tresnak, kosmetikoak, material suntsikorra...). Beste lantegi batzuetan, pertsona bakoitzak bere materiala jarriko du.
- Izena eman ondoren, eskabidearen frogagiria inprimatu eta berrikusi: datu pertsonalak, eskatutako lantegi eta ikastaroak, eta zozketarako zenbakia, halakorik bada.
- Pertsona batek 6 egunetan jarraian huts egiten badu, automatikoki emango zaio baja.
- Jarduerak gaztelaniaz emango dira, eta euskaraz ematen direnak berariaz adieraziko dira.



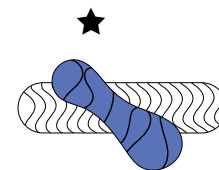
LEKU HAUETAN ORDAIN DAITEKE

- BIZANeko zentroetan
- Gizarte-Etxe eta Kirol Instalazioetan
- Udalaren webgunean:
<https://sedeelectronica.vitoria-gasteiz.org>
- Herritarrei Laguntzeko Bulegoetan

Txartelaz ordaindu ahalko da leku horietan edo eskudirutan banketxe edo aurrezki-kutxetan.

OHAR INTERESGARRIAK

1. Ikastarora edo lantegira joaterik ez bada eta hura hasi baino lehenago ohartarazten bada, ordaindu den kuotaren % 85 itzuliko da.
2. Lantegia edo ikastarora hasita badago ez da dirua itzuliko.
3. Ikastarora edo lantegia bertan behera geratuz gero, diru guztia itzuliko da.
4. Prezioak Gasteizko Udalak onartzen ditu. Liburuxkan okerrik bada, udal araudian onartutako prezioak hartuko dira kontuan.



DESKONTUAK

Prezioan murrizketa lortzeko eskubidea duten pertsonak betekizunak betetzen dituztela egiaztatu behar dute ordaintzerakoan.

- Udalaren kirol instalazioetako abonatuak % 40ko deskontua izango dute lantegi eta ikastaroen prezioan, eta deskontua ordaintzeko unean aplikatuko da.
- Bat Berezi txartela duten 65 urtekoek, eta hortik gorakoek, % 50eko deskontua izango dute ikastaro eta lantegien prezioan.
- Txartela Herritarrei Laguntzeko Bulegoetan eska daiteke, baldintzak betez gero.
- Langabeek % 15eko deskontua izango dute.
- Bi deskontu horietaz (Bat Berezi txartela izateagatik edo langabezia egoteagatik) baliatzeko, aurrez aurre ordaindu behar da, BIZANen zentzoren batean, gizarte etxeetan edo kirol instalazioetan, eta Bat Berezi txartela edo LANBIDEn ziurtagiria aurkeztu ordaintzeko unean. Azken horrek gutxienez 7 egun lehenago egina izan behar du.



IKASTAROEN IRAUPENA

U URTEKOAK

2025/10/13tik 2026/05/30era

BI HILEKOAK

1.B 1. bihilekoa

2025/10/13tik - 2025/11/29ra

2.B 2. bihilekoa

2025/12/01etik - 2026/02/07ra

3.B 3. bihilekoa

2026/02/09tik - 2026/03/28ra

4.B 4. bihilekoa

2026/04/13tik - 2026/05/30era

H HILEKOAK **P** PUNTUALAK

Hileko tailerretan eta puntuetan, bakoitzean adieraziko dira datak.

HIRUHILEKOAK

1.H 1. hiruhilekoa

2025/10/13tik - 2025/12/20ra

2.H 2. hiruhilekoa

2026/01/07tik - 2026/03/14ra

3.H 3. hiruhilekoa

2026/03/16tik - 2026/05/30era

LAU HILEKOAK

1.L 1. lauhilekoa

2025/10/13tik - 2026/02/07ra

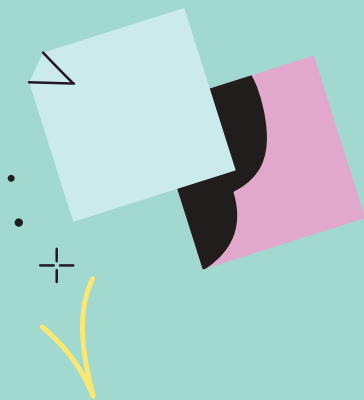
2.L 2. lauhilekoa

2026/02/09tik - 2026/05/30era

ESKOLARIK GABEKO EGUNAK

- 2025eko azaroaren 1ean
- 2025eko abenduaren 6an eta 8an
- 2025eko abenduaren 22tik 31ra
- 2026ko urtarrilaren 1etik 6ra
- 2026ko martxoaren 19an
- 2026ko martxoaren 30etik apirilaren 12ra
- 2026ko apirilaren 27tik maiatzaren 3ra





ZOZKETARIK GABEKO IKASTARO ETA LANTEGIAK

*Ikastaro eta lantegi hauetan
zuzenean ematen da izena.*

*Kategoria espezifikoetan
antolatzen dira:*

KATEGORIAK

1 Herritarrei oro har irekiak

Elkarren arteko trukea eta zentroak beste adin batzuetako pertsonentzat irekitzea ahalbidetzen dute, ez soilik 60 urtetik gorakoentzat.

2 Belaunaldien artekoak

Adinekoek beren ezagutzak eta bizipenak partekatzen dituzte hurrekin eta gazteekin, ikastetxeetan.

3 Generatiboak

Adineko batek ematen ditu, eta bere ezagutza beste pertsona batzuei transmititzen die. Tailer batzuk beste adin batzuetako pertsoneri irekita daude.

4 Laburrak eta desberdinak

Formatu desberdinak eta eduki berezi edo berritzaileak dituzte.



5 Erorketen prebentzioa

70 urtetik gorakoentzat eta erortzeko arriskua dutenentzat edo azken urtean erorikoa izan dutenentzat. Ariketa fisikoa egiten da, malgutasuna, indarra eta oreka lortzeko, eta erorketak saihesteko aholkuak jasotzen dira.

6 Ikaskuntza-prozesuak

Teknika eta hizkuntza batzuk ikasteko hainbat maila eta ikastaro daude. Lehen mailan zozketa bidez sartzen da. Lehen maila gainditu ondoren, hurrengo mailatarako sarbidea zuzena da, prozesua amaitu arte. Eskatutako maila egiaztatuz gero, plaza libreetan sar daiteke.

7 55 urtetik gorakoentzako euskara-ikastaroak

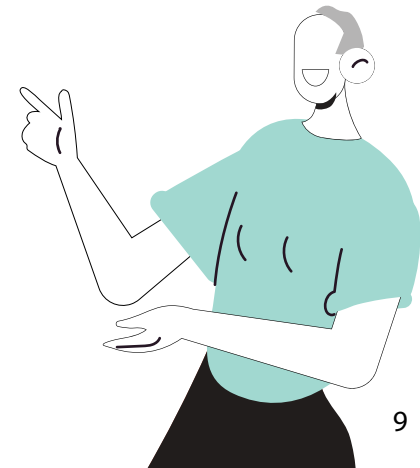
Euskara Zerbitzuak kudeatzen ditu, eta BIZANeko zentroetan egiten dira. Baldintza bereziak bete behar dira (aurrerago zehaztuko dira).

BALDINTZAK

- **Iristen diren hurrenkeran adjudikatzen dira.**
- Nahi adina ikastaro eta lantegitan eman daiteke izena.
- Ikaskuntza-prozesuak dituzten lantegi eta ikastaroetako 2. mailan eta hortik gorakoetan izena emateko, aurreko maila egina izan behar da. Irailaren 18tik aurrera eman dezakete izena plaza libreetan.

IZEN-EMATEA

Izena eman ondoren, 48 orduko epea dago ikastaroa edo lantegia ordaintzeko. Epe horretan ordaindu ezean, lekua libre geratuko da.





ZOZKETARIK GABEKO IKASTARO ETA LANTEGIAK

HERRITARREI ORO HAR IREKIAK

MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	ADINA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
106-HNMM-1	ARANBIZKARRA	Adineko gizonen zirkulua: aldaketak, beharrak eta erronkak	>50	H	Az	17:30-19:00	0 €	0 €	0 €	
103-HNMM-1	SAN KRISTOBAL	Adineko gizonen zirkulua: aldaketak, beharrak eta erronkak	>50	H	As	18:00-19:30	0 €	0 €	0 €	
158-EDIM-1	INFO	Adinkeriatik ekintzara	>20	H	Az	17:30-19:00	1,3 €	2,1 €	1,05 €	
158-VIAM-1	INFO	Bidaia desberdinak: helmuga alternatiboak ihesaldi baterako	>50	1.H	Og	17:30-19:00	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
105-CVMM-1	ZARAMAGA	Bidaia-kronikak. Gaur egungo mundua	>45	3.H	As	18:00-19:30	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
105-VJLM-1	ZARAMAGA	Bidaia-kronikak. Lekuak	>45	1.H	As	18:00-19:30	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
105-CVPM-1	ZARAMAGA	Bidaia-kronikak. Pertsonak	>45	2.H	As	18:00-19:30	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
105-BIOM-1	ZARAMAGA	Biodantza	>45	U	Og	10:15-11:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
116-CWNM-1	SAN MARTIN	Egunerokotasunerako umorea. Bizitarako clown	>50	U	Or	17:00-18:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
158-GECM-1	INFO	Elkartzeko taldea: bizipenak partekatzen	>50	U	Or	18:00-19:30	0 €	0 €	0 €	
101-JREM-1	ARANA	Emakumeak, elkarrekin lanean	>50	U	As	18:15-19:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
104-JREM-1	HERRANDARRAK	Emakumeak, elkarrekin lanean	>50	U	Og	18:15-19:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
158-JUBM-1	INFO	Erretiroa, eta orain zer? Etapa berriari aurre egiteko tresnak	>50	1.H	Az	17:30-19:00	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
158-JUBM-2	INFO	Erretiroa, eta orain zer? Etapa berriari aurre egiteko tresnak	>50	2.H	Az	17:30-19:00	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
158-ISTM-1	INFO	Hasiberri izatetik influencer izatera: instagram-tresnak guztientzat	>18	1.L	As	11:30-13:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
109-AEPM-1	SAN PRUDENTZIO	Jendaurrean adierazten ikasi	>40	1.L	As-Or	16:30-18:00	10,2 €	17 €	8,5 €	
108-DANM-1	PILAR	Kardiodance	>50	1.B	L	11:30-12:30	1,73 €	2,85 €	1,43 €	

Materialaren prezioa 10 €.

Emakumeentzako tailerra.

Gizonentzako tailerra.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	ADINA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
158-MCAM-1	INFO	Komunikabide alternatiboak: mundua ulertzeko begirada berriak	50	3.B	Or	11:30-12:45	2,1 €	3,5 €	1,75 €	
158-GELM-1	INFO	Lagunartean topaketa-taldea: bakardadeak partekatzen	>16	U	Az	11:00-12:30	0 €	0 €	0 €	
114-VICM-1	ABETXUKU	Munduko sukaldaritza: bidaia ezazu zure sukaldetik	>15	2.L	Az	16:00-18:00	6,8 €	11,3 €	5,65 €	2€
111-TZOM-1	ARIZNABARRA	Ornitologia: ezagutu zure inguruko hegaztiak	>35	U	Or	10:10-11:40	10,2 €	17 €	8,5 €	
158-PHSM-1	INFO	Podcast: soinu-istorioak	>50	1.H	Or	11:00-12:30	3,8 €	6,3 €	3,15 €	
114-CVBM-1	ABETXUKU	Sukaldaritza begetarianoa	>15	1.L	Az	16:00-18:00	6,8 €	11,3 €	5,65 €	2€
109-LHVM-1	SAN PRUDENTZIO	Virginiaren gela	>50	U	As	18:00-19:30	0 €	0 €	0 €	
158-HDPM-1	INFO	Zure bidaia planifikatzeko tresna digitalak	>50	H	Og	17:30-19:00	1,3 €	2,1 €	1,05 €	

BELAUNALDIEN ARTEKOAK

MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
104-EMBM-1	HERRANDARRAK	Belaunaldien arteko zeramika: "Lokaztuta"	U	Og	16:00-18:00	0 €	0 €	0 €	
112-EMBM-1	SANSOMENDI	Belaunaldien arteko zeramika: "Lokaztuta"	U	As	10:00-11:30	0 €	0 €	0 €	
104-TROM-1	HERRANDARRAK	Belaunaldien artekoa: ahozko tradizioa	U	As	11:00-12:30	0 €	0 €	0 €	
101-BAJM-1	ARANA	Belaunaldien artekoa: dantzan eta beste, elkarrekin	U	As-Og	17:45-19:45	0 €	0 €	0 €	
106-ACCM-1	ARANBIZKARRA	Belaunaldien artekoa: eskolara kanta-kantari	U	Or	11:15-12:45	0 €	0 €	0 €	
108-ITRM-1	PILAR	Belaunaldien artekoa: harremanak ehunduz	U	As	16:30-18:00	0 €	0 €	0 €	
113-CVLM-1	KOROATZEA	Belaunaldien artekoa: ipuinkontaketa; animatzen zara estereotipoak	U	Az	17:30-19:00	0 €	0 €	0 €	4€

Materialaren prezioa 2 €.

Materialaren prezioa 4 €.

Emakumeentzako tailerra.

Android telefonoa datu tarifarekin.

15 egunero.

Ez da beti hasiko eta amaituko BIZAN-en bertan.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	ADINA	EGUN.	ORDUTEGIA	HASIERA-DATA	AMAIERA-DATA	PREZIOA	OHAR.
102-VASM-1	JUDIMENDI	Abes dezagun: gure kantak	>50	Al	16:30-18:00	2025-10-13	2026-05-25	0 €	4€
104-AOVM-1	HERRANDARRAK	Abes dezagun!	>50	Og	18:00-19:30	2025-10-16	2026-05-28	0 €	4€
104-ABDM-1	HERRANDARRAK	Abes dezagun!	>50	L	11:30-13:00	2025-10-18	2026-05-30	0 €	
103-AMGM-1	SAN KRISTOBAL	Amigurumi: kakorratzeko panpinak	>50	As	16:15-17:45	2025-10-14	2026-05-26	0 €	
105-BDSM-1	ZARAMAGA	Aretoko dantzaldiak	>50	L	10:10-12:10	2025-10-18	2026-05-30	0 €	
112-EPEM-1	SANSOMENDI	Bizkar ariketak aulkian	>50	As	11:00-12:00	2025-10-14	2026-05-26	0 €	
112-EPEM-2	SANSOMENDI	Bizkar ariketak aulkian	>50	Og	11:00-12:00	2025-10-16	2026-05-28	0 €	
116-CCHM-1	SAN MARTIN	Istorioen sormena eta aurkezpena	>18	As	18:15-19:45	2025-10-07	2026-05-26	0 €	
102-DCGM-1	JUDIMENDI	Dantza zirkularrak	>50	As	12:00-13:00	2025-11-04	2026-03-24	0 €	!
107-IIBM-1	TXAGORRITXU	Ehotzen hastapenak	>40	As	17:00-18:30	2025-10-14	2025-12-20	0 €	
116-JNRM-1	SAN MARTIN	Erretiroa: erronka berria, etapa berria	>50	Al-Az	17:00-18:30	2026-02-09	2026-02-11	0 €	
158-VVCM-1	INFO	Etxebizitza komunitario kolaboratiboak: lagunekin zahartu	>20	Al	18:00-19:30	2026-01-12	2026-02-16	0 €	
102-TXEM-1	JUDIMENDI	Euskara txokoa: euskara ikasi eta euskaraz mintzatzeko gunea	>50	As	16:30-17:30	2025-10-14	2026-05-26	0 €	2€
101-DEEM-1	ARANA	Gabonetako bolak dekoratzea	>16	Az	16:00-17:30	2025-10-15	2026-12-10	0 €	
112-CCEM-1	SANSOMENDI	Gakorratz-lana: esperientzia-trukea	>45	Az	16:30-18:30	2025-10-15	2026-05-27	0 €	
104-AGHM-1	HERRANDARRAK	Gasteizko Hauspoak akordeoilarien elkartearekin bat egin	>18	Og	18:00-19:30	2025-10-16	2026-05-28	0 €	

2€ Materialaren prezioa 2 €.

4€ Materialaren prezioa 4 €.



Lekua: Simón Bolívar aretoa.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	ADINA	EGUN.	ORDUTEGIA	HASIERA-DATA	AMAIERA-DATA	PREZIOA	OHAR.
104-RVIM-1	HERRANDARRAK	Gasteizko oroitzapenak	>50	Og	11:50-12:50	2025-10-16	2026-05-28	0 €	
107-NORM-1	TXAGORRITXU	Ibilketa nordikoa, taldean paseatu	>50	Az	10:30-12:00	2025-10-15	2025-11-26	0 €	
101-MVEM-1	ARANA	Ikasi maskara veneziarrak egiten	>50	Az	16:00-17:30	2026-01-07	2026-02-18	0 €	
116-ESLM-1	SAN MARTIN	Irakurketak entzuten	>75	As	11:00-12:30	2025-10-14	2026-05-26	0 €	
106-LVAM-1	ARANBIZKARRA	Irakurraldiak ozen	>50	As	17:00-18:30	2025-10-14	2026-05-30	0 €	
104-CSMM-1	HERRANDARRAK	Joskintza-kluba	>18	Az	17:30-19:00	2025-10-15	2026-05-27	0 €	
104-FEDCM-1	HERRANDARRAK	Kafe-topaketak	>75	As	18:00-19:00	2025-10-14	2026-05-26	0 €	
115-GANM-1	LAKUA-ARRIAGA	Kakorraz-lanaren hastapena	>18	Al	16:30-18:00	2025-10-13	2026-02-23	0 €	
107-GANM-1	TXAGORRITXU	Kakorraz-lanaren hastapena	>14	Az	16:15-17:45	2025-10-22	2026-02-07	0 €	
107-GANM-2	TXAGORRITXU	Kakorraz-lanaren hastapena	>14	Az	16:15-17:45	2026-02-11	2026-05-30	0 €	
106-GANM-1	ARANBIZKARRA	Kakorraz-lanaren hastapena	>50	As	11:15-12:45	2025-10-14	2026-05-30	0 €	
112-GANM-1	SANSOMENDI	Kakorraz-lanaren hastapena	>45	Az	16:30-18:30	2025-10-15	2026-05-27	0 €	
101-QMMM-1	ARANA	Kendu beldurra mugikorra hartzeari	>50	Al	16:00-17:00	2025-10-13	2025-12-15	0 €	
101-QMMM-2	ARANA	Kendu beldurra mugikorra hartzeari	>50	Al	16:00-17:00	2026-01-12	2025-03-09	0 €	
112-CPDM-1	SANSOMENDI	Komunikazio praktikoa: hitz egitea eta entzutea	>50	Az	11:00-12:30	2025-10-15	2025-12-17	0 €	
158-CEPM-1	INFO	Krisi energetikoa: nola murriztu dezaket nire faktura energetikoa?	>20	Az	18:30-20:00	2025-10-15	2025-12-17	0 €	
112-TLIM-1	SANSOMENDI	Literatura-tertuliak	>50	As	18:00-19:30	2025-10-14	2026-05-26	0 €	



Pertsona bakoitzak bere materiala ekartzen du.



Lekua: San Martineko BIZAN.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	ADINA	EGUN.	ORDUTEGIA	HASIERA-DATA	AMAIERA-DATA	PREZIOA	O HAR.
105-TLIM-1	ZARAMAGA	Literatura-tertuhiak	>50	Or	16:00-18:00	2025-10-17	2026-05-29	0 €	
104-DTMM-1	HERRANDARRAK	Mahai-tenisa, dibertsio iturri	>50	L	11:30-13:30	2025-10-18	2026-05-30	0 €	
111-MASM-1	ARIZNABARRA	Meditazioa: isiltasunaren bidez bizitzara irekitzea	>50	Al	11:00-12:00	2025-10-13	2026-05-30	0 €	
104-MIIM-1	HERRANDARRAK	Mintzapraktika	>50	Or	10:15-11:45	2025-10-17	2026-05-29	0 €	4€
108-IPEM-1	PILAR	Petankaren hastapenak	>40	As	10:15-11:15	2025-10-21	2025-11-04	0 €	
113-RINM-1	KOROATZEA	Poemen txokoa	>50	Og	17:30-18:30	2025-10-16	2025-11-27	0 €	
111-FCSM-1	ARIZNABARRA	Soinu-fikzioa	>50	Az	11:00-12:30	2025-10-15	2026-05-30	0 €	
104-SCIM-1	HERRANDARRAK	Speaking corner: ingelesez lehen elkarrizketak	>50	Al	10:30-12:00	2025-10-13	2026-05-25	0 €	4€
103-SUAM-1	SAN KRISTOBAL	Sudoku: maila aurreratua	>50	As	11:45-12:45	2025-10-14	2026-02-03	0 €	
103-SUDM-1	SAN KRISTOBAL	Sudoku: oinarritzko maila	>50	As	10:30-11:30	2025-10-14	2026-02-03	0 €	
112-AJEM-1	SANSOMENDI	Xake-hastapena	>45	Al	16:00-18:00	2025-10-13	2026-05-25	0 €	
112-AJEM-2	SANSOMENDI	Xake-hastapena	>45	Az	16:00-18:00	2025-10-15	2026-05-27	0 €	
107-AJEM-1	TXAGORRITXU	Xake-hastapena	>50	Az	17:00-18:30	2025-10-15	2026-05-30	0 €	
101-AJEM-1	ARANA	Xake-hastapena	>18	Al-Az-Or	18:00-19:30	2025-11-03	2025-11-14	0 €	
116-AJGM-1	SAN MARTIN	Xakea	>18	As	18:00-19:30	2025-10-14	2025-12-16	0 €	
105-MTSM-1	ZARAMAGA	Zure osasuna hobeto	>50	As	10:05-11:35	2025-10-14	2026-02-03	0 €	

4€ Materialaren prezioa 4 €.

Lekua: petanka pistak.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
106-TECM-01	ARANBIZKARRA	Abesteko ahots-teknika	2.B	Og	11:15 -12:45	2,5 €	4,2 €	2,1 €	
104-TVDM-1	HERRANDARRAK	Antzerkia ozenki: dramatikoa	1.B	L	10:10-11:40	2,6 €	4,3 €	2,15 €	2€
104-TVCM-1	HERRANDARRAK	Antzerkia ozenki: klasikoa	3.B	L	10:10-11:40	2,6 €	4,3 €	2,15 €	2€
104-TVOM-1	HERRANDARRAK	Antzerkia ozenki: komedia	2.B	L	10:10-11:40	2,6 €	4,3 €	2,15 €	2€
113-ACFM-1	KOROATZEA	Argazkia: atera etekina Android mugikorreko kamerari	1.B	Al-Az	12:00-13:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
104-RTDM-1	HERRANDARRAK	Argitu informatika eta mugikorrari buruz dituzun zalantzak	U	Or	10:10-13:15	1 €	1,6 €	0,8 €	?
112-BSBM-1	SANSOMENDI	Dantza: karibeko dantzak	3.H	Al-Az	19:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
112-BTPM-1	SANSOMENDI	Dantza: tangoa eta pasodoblea	1.H	Al-Az	19:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
116-EVTM-1	SAN MARTIN	Editatu bideoak zure Android mugikorrarekin	3.H	As-Og	16:00-17:30	7,65 €	12,7 €	6,35 €	★
107-BYEM-1	TXAGORRITXU	Egin dantza eta adierazi mugimenduaren bidez	U	L	10:10-11:10	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
105-HNRM-1	ZARAMAGA	Gauzen bizitza: objektuak gure oroitzapenen aztarna gisa	2.H	Az	12:00-13:00	2,6 €	4,3 €	2,15 €	4€
115-EJCM-1	LAKUA-ARRIAGA	Gorputza hezteko ariketak	1.L	L	10:00-11:00	3,4 €	5,65 €	2,83 €	
104-HCFM-1	HERRANDARRAK	Hitz egin dezagun zinemaz: emakumeak	2.H	Az	18:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	2€
104-HCDM-1	HERRANDARRAK	Hitz egin dezagun zinemaz: familia-aniztasuna	3.H	Az	18:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	2€
104-HCSM-1	HERRANDARRAK	Hitz egin dezagun zinemaz: soziala	1.H	Az	18:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	2€

2€ Materialaren prezioa 2 €.

4€ Materialaren prezioa 4 €.

★ Ezagutza aurreratuak.

Android telefonoa datu tarifarekin.

? Informa zaitetz BIZANen nola eman izena astez aste.

20 minutuko saioak.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	O HAR.
104-HCSM-1	HERRANDARRAK	Hitz egin dezagun zinemaz: soziala	1.H	Az	18:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
116-TMAM-1	SAN MARTIN	Ikasi zure Android telefono mugikorra erabiltzen	1.H	As-Og	16:00-17:30	7,65 €	12,7 €	6,35 €	
116-AMIM-1	SAN MARTIN	Ikasi zure iPhonea erabiltzen	2.H	As-Og	16:00-17:30	7,65 €	12,7 €	6,35 €	
111-GOAM-1	ARIZNABARRA	Informatika: ikasi Administrazioen kudeaketak online egiten	2.B	Al-Az	11:45-13:15	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-GOAM-1	SAN MARTIN	Informatika: ikasi Administrazioen kudeaketak online egiten	3.B	Al-Az	10:00-11:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
109-IIAM-1	SAN PRUDENTZIO	Informatika: adimen artifiziala egunerokoan	1.B	As-Og	11:40-13:10	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-IADM-1	SAN MARTIN	Informatika: animazio digitala mugikorretan eta tabletetan	4.B	Al-Az	10:00-11:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-IPSM-1	SAN MARTIN	Informatika: babesia, segurtasuna eta pribatutasuna	3.B	As-Og	11:35-13:05	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
111-CSIM-1	ARIZNABARRA	Informatika: bidezko erosketak	3.B	Al-Az	16:00-17:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-CSIM-1	SAN MARTIN	Informatika: bidezko erosketak	1.B	Al-Az	10:00-11:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-NUAM-1	SAN MARTIN	Informatika: hodeia, gure artxiboak antolatzea eta katalogatzea	1.H	As-Og	17:35-19:05	7,65 €	12,7 €	6,35 €	★
111-IAIM-1	ARIZNABARRA	Informatika: Ikasi Adimen Artifiziala erabiltzen	1.B	Al-Az	11:45-13:15	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-IAIM-1	SAN MARTIN	Informatika: Ikasi Adimen Artifiziala erabiltzen	1.B	As-Og	11:35-13:05	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★
116-IAIM-2	SAN MARTIN	Informatika: Ikasi Adimen Artifiziala erabiltzen	2.B	As-Og	11:35-13:05	5,05 €	8,4 €	4,2 €	★



Ezagutza aurreratuak.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	O HAR.
111-MBIM-1	ARIZNABARRA	Informatika: interneten oinarrizko erabilera	1.B	As-Og	16:00-17:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
112-CGRM-1	SANSOMENDI	Koreografiak	2.H	Al-Az	19:00-20:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
113-RBCM-1	KOROATZEA	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	2.B	Al-Az	12:00-13:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
113-RBCM-2	KOROATZEA	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	3.B	Al-Az	12:00-13:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
113-RBCM-3	KOROATZEA	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	4.B	Al-Az	12:00-13:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
107-RBCM-1	TXAGORRITXU	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	1.B	Al-Az	18:00-19:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
107-RBCM-2	TXAGORRITXU	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	2.B	Al-Az	18:00-19:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
109-MLMM-1	SAN PRUDENTZIO	Mugikorra: nola garbitu mugikorra	2.B	As-Og	11:40-13:10	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
111-MMRM-1	ARIZNABARRA	Mugikorra: sare sozialen erabilera	4.B	Al-Az	16:00-17:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
111-PIDM-1	ARIZNABARRA	Pintura: marrazkiaren hastapenak	U	Og	17:30-18:45	8,5 €	14,1 €	7,05 €	4€
104-PIDM-1	HERRANDARRAK	Pintura: marrazkiaren hastapenak	U	As	18:15-19:45	10,2 €	17 €	8,5 €	4€
116-FBMM-1	SAN MARTIN	Oinarrizko argazkigintza mugikorraz	2.B	Al-Az	10:00-11:30	5,05 €	8,4 €	4,2 €	
102-SANM-1	JUDIMENDI	Osasuna nutrizioaren bitartez	3.B	Az	10:00-11:15	2,1 €	3,5 €	1,75 €	
115-HHPM-1	LAKUA-ARRIAGA	Udaberriko hiri-baratzea	3.H	Al	10:30-12:00	3,8 €	6,3 €	3,15 €	4€
115-HHOM-1	LAKUA-ARRIAGA	Udazkeneko hiri-baratzea	1.H	Al	10:30-12:00	3,8 €	6,3 €	3,15 €	4€

4€ Materialaren prezioa 4 €.

Ezagutza aurreratuak.

Android telefonoa datu tarifarekin.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	ADINA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
106-CAAM-1	ARANBIZKARRA	Erorketen prebentzioa	>70	2.L	As-Og	12:00-13:15	5,3 €	8,9 €	4,45 €	
111-CAAM-1	ARIZNABARRA	Erorketen prebentzioa	>70	U	Al-Az	12:00-13:15	10,6 €	17,8 €	8,9 €	
113-CAAM-1	KOROATZEA	Erorketen prebentzioa	>70	1.L	As-Og	16:00-17:15	5,3 €	8,9 €	4,45 €	
108-CAAM-1	PILAR	Erorketen prebentzioa	>70	2.L	Al-Az	10:15-11:30	5,3 €	8,9 €	4,45 €	
115-CAAM-1	LAKUA-ARRIAGA	Erorketen prebentzioa	>70	2.L	As-Og	16:00-17:15	5,3 €	8,9 €	4,45 €	
110-CAAM-1	LANDAZURI	Erorketen prebentzioa	>70	U	As-Og	12:00-13:15	10,6 €	17,8 €	8,9 €	
104-CAAM-1	HERRANDARRAK	Erorketen prebentzioa	>70	1.L	Al-Az	10:15-11:30	5,3 €	8,9 €	4,45 €	
103-CAAM-1	SAN KRISTOBAL	Erorketen prebentzioa	>70	U	Al-Az	16:00-17:15	10,6 €	17,8 €	8,9 €	
116-CAAM-1	SAN MARTIN	Erorketen prebentzioa	>70	U	As-Og	17:45-19:00	10,6 €	17,8 €	8,9 €	
109-CAAM-1	SAN PRUDENTZIO	Erorketen prebentzioa	>70	U	As-Or	10:15-11:30	10,6 €	17,8 €	8,9 €	
112-CAAM-1	SANSOMENDI	Erorketen prebentzioa	>70	1.L	As-Og	12:00-13:15	5,3 €	8,9 €	4,45 €	
107-CAAM-1	TXAGORRITXU	Erorketen prebentzioa	>70	U	Al-Az	10:15-11:30	10,6 €	17,8 €	8,9 €	



Azken bi urteetan parte hartu ez izana.



Lekua: Landazuri kiroldegia.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	O HAR.
112-BS2M-1	SANSOMENDI	Areto dantzak 2. maila. Bikoteka	U	Al-Az	17:30-19:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
112-BS3M-1	SANSOMENDI	Areto dantzak 3. maila. Bikoteka	U	As-Og	17:30-19:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
106-EU2M-1	ARANBIZKARRA	Hizkuntza: euskara 2. maila	U	Al-Az	16:00-17:15	17 €	28,3 €	14,15 €	☆ 10€
106-EU3M-1	ARANBIZKARRA	Hizkuntza: euskara 3. maila	U	Al-Az	11:45-13:00	17 €	28,3 €	14,15 €	☆ 10€
110-IN2M-1	LANDAZURI	Hizkuntza: ingelesa 2. maila	U	As-Og	11:00-12:15	17 €	28,3 €	14,15 €	☆ 10€
104-IN3M-1	HERRANDARRAK	Hizkuntza: ingelesa 3. maila	U	Al-Az	17:45-19:00	17 €	28,3 €	14,15 €	☆ 10€
111-IF2M-1	ARIZNABARRA	Informatika 2. maila	U	Al-Az	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
111-IF2M-2	ARIZNABARRA	Informatika 2. maila	U	As-Og	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
113-IF2M-1	KOROATZEA	Informatika 2. maila	U	As-Og	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆

10€ Materialaren prezioa 10 €.

☆ Aldez aurreko ezagutzak izan.



MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	O HAR.
113-IF2M-2	KOROATZEA	Informatika 2. maila	U	As-Og	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
104-IF2M-1	HERRANDARRAK	Informatika 2. maila	U	As-Og	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
109-IF2M-1	SAN PRUDENTZIO	Informatika 2. maila	U	As-Og	10:00-11:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
109-IF2M-2	SAN PRUDENTZIO	Informatika 2. maila	U	As-Og	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆
107-PI2M-1	TXAGORRITXU	Pintura 2. maila	U	As-Og	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆ 4€
107-PI3M-1	TXAGORRITXU	Pintura 3. maila	U	Al-Az	17:35-19:05	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆ 4€
107-PI4M-1	TXAGORRITXU	Pintura 4. maila	U	As-Og	17:40-19:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☑ ☆ 4€
101-TM2M-1	ARANA	Zura lantzea 2. maila	U	Al-Az	18:05-19:35	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆ 7€
108-TM3M-1	PILAR	Zura lantzea 3. maila	U	As-Og	11:45-13:15	20,2 €	33,7 €	16,85 €	☆ 7€

4€ Materialaren prezioa 4 €.

7€ Materialaren prezioa 7 €.

☆ Aldez aurreko ezagutzak izan.

☆ Ezagutza aurreratuak.

☑ Ordu bat begiralerik gabe.



Udalaren Euskara Zerbitzuak eskaintzen ditu.

OBJEKTIBO

4 urteko epean A1 maila lortzea da helburua.

BALDINTZA BEREZIAK

Ikastaroa urriaren 6tik ekainaren 18ra artekoa da.

Izen-ematea: irailaren 8tik 17ra, gizarte-etxeetan edo BIZANetan.

Lehen mailatik sartzen ez direnek maila-proba egin behar dute.

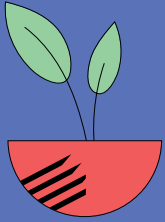
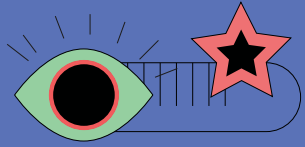
Proba egiteko hitzordua eskatu behar da (945 15 43 41).

Informazio gehiago: 945 16 16 93 · euskera.administrazioa02@vitoria-gasteiz.org



55 URTEK GORAKOENTZAKO EUSKARA-IKASTAROAK

MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	PREZIOA
114-AE01-14	ABETXUKO	1. urtea	U	Al-Az	11:00-12:30	54,4 €
116-AE04-10	SAN MARTIN	4. urtea	U	Al-Az	10:15-11:45	54,4 €
107-AE01-03	TXAGORRITXU	1. urtea	U	As-Og	10:15-11:45	54,4 €
109-AE01-06	SAN PRUDENTZIO	1. urtea	U	Al-Az	11:45-13:15	54,4 €



ZOZKETA BEHAR DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK

*Zozketa duten ikastaro eta lantegiak
bi multzotan daude antolatuta.*

*Multzo bakoitzean zenbait lantegi
mota daude:*

MULTZOAK

9. multzoa

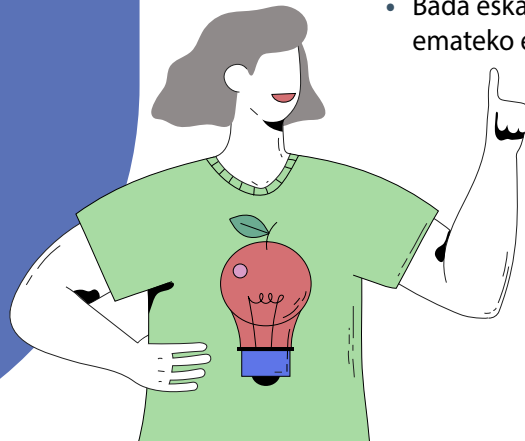
**Hezkuntza, plastika, artisautza eta
teknologiarekin zerikusia duten
lantegiak eta gela irekiak**

10. multzoa

**Norbere burua zaintzeko lantegiak
(zaintza fisiko, kognitibo eta
emozionala), antzerkia lantzekoak
eta gogoia piztekoak**

ALDAKETAK ETA EZEZTATZEAK

- Bada eskabidea aldatu eta ezeztatzerik, izena emateko edozein leku eta modutan.
- Aldaketak egiteko beharrezkoa da identifikazio datuak eta zozketarako zenbakia agertzen diren frogagiria edukitzea.





BALDINTZAK

- Pertsona bakoitzak eskabide bakarra egin dezake. Bat baino gehiago egiten badu, lehena bakarrik hartuko da kontuan.
- Multzo bakoitzean 4 ikastaro edo lantegi eskatu daitezke gehienez. Zozketarako zenbaki bat emango zaio.
- Eskabidean ez dago multzo eta aukera guztiak bete beharrik.
- Zozketan bloke bakoitzeko tailer bat esleituko da gehienez.
- Jarduera elkarrekin egin nahi duten pertsonak taldeka eman ahal dute izena (hiru pertsona gehienez). Hartara, elkarren segidako zenbakiak emango zaizkie.
- Taldean izena emateak ez du bermatzen taldeko pertsona guztiek lekua izango dutela.

ZOZKETA

- **Irailaren 4ko 11:00etan** egingo da ikastaro eta lantegietarako zozketa.
- Zozketa baliabide informatikoz egiten da. Zozketa-zenbakia eta lehentasun-hurrenkera hartuko dira kontuan.
- Zozketaren emaitza BIZAN zentro bakoitzean kontsultatu daiteke, telefonoz (010 zenbakia), edo Udalaren webgunean (**www.vitoria-gasteiz.org**).

LEKUA FORMALIZATZEA

- Zozketan lekua lortzen bada, ordaindu egin behar da, lekua ziurtatzeko.
- **Ordaintzeko epea irailaren 10era artekoa izango da, egun hori barne.**
- Epe hori igarota plaza libre geratuko da.

PLAZA LIBREAK

- Irailaren **18an hasiko da libre geratutako lekuak eskuratzeko epea, goizeko 8:30ean.**
- Izena ematen den hurrenkeran banatuko dira, guztiak bete arte.
- Aurrez aurre eskatzen badira, aldi bakoitzeko ezin da 4 izen-emate baino gehiago egin.
- Izena eman ondoren, 48 orduko epea dago ikastaroa edo lantegia ordaintzeko. Epe horretan ordaindu ezean, lekua libre geratuko da.



ZOKK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09006	109-TACM-1	SAN PRUDENTZIO	Aktualitateko tertuliak	U	Az	18:00-19:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
09092	105-ALMM-1	ZARAMAGA	Almazuelak	U	Al	16:00-18:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
09093	105-ALMM-2	ZARAMAGA	Almazuelak	U	Az	16:00-18:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
09033	102-ALMM-1	JUDIMENDI	Almazuelak	U	As-Og	10:00-11:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09056	103-RMOM-1	SAN KRISTOBAL	Altzariak eta antzinako gauzak zaharberritzea	U	Al-Az	16:15-17:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	7€
09057	103-RMOM-2	SAN KRISTOBAL	Altzariak eta antzinako gauzak zaharberritzea	U	Al-Az	18:00-19:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	7€
09058	103-AARM-1	SAN KRISTOBAL	Altzariak zaharberritzeko gela irekia	U	As-Og	11:00-12:30	4,2 €	7 €	3,5 €	★
09030	107-DRTM-1	TXAGORRITXU	Antzerki-dramaturgia	U	As-Og	18:30-20:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09047	113-AEAM-1	KOROATZEA	Arabako artea	U	Az	16:00-17:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
09086	101-FMOM-1	ARANA	Argazkiak mugikorraz	1.L	Or	10:15-11:45	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
09087	101-FMOM-2	ARANA	Argazkiak mugikorraz	2.L	Or	10:15-11:45	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
09054	115-FDAM-1	LAKUA-ARRIAGA	Argazkigintza digitala aurreratua	U	Or	11:00-12:30	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09109	110-FDRM-1	LANDAZURI	Argazkigintza digitala reflex kamerarekin. Teoria-praktika kanpoaldean	U	As	16:00-17:30	10,2 €	17 €	8,5 €	

7€ Materialaren prezioa 7 €.

★ Aldez aurreko ezagutzak izan.

★ Ezagutza aurreratuak.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09059	103-AETM-1	SAN KRISTOBAL	Artea gure inguruan	U	Og	16:15-17:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
09012	108-VBTM-1	PILAR	Bainikak eta chantilly brodatuak	U	As-Og	17:40-19:10	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09042	115-DEAM-1	LAKUA-ARRIAGA	Berrien azpildurak	U	As-Og	11:45-13:15	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09099	110-BOLM-1	LANDAZURI	Ehoziri lanak	U	Al-Az	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09100	110-BOLM-2	LANDAZURI	Ehoziri lanak	U	Al-Az	17:30-19:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09098	110-AABM-1	LANDAZURI	Ehoziri lanen gela irekia	U	As-Og	16:00-17:30	4,2 €	7 €	3,5 €	★
09103	110-PROM-1	LANDAZURI	Eskulanak: akabera desberdinak pintura rustikoarekin	1.L	Al-Az	18:15-19:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
09013	111-RDOM-1	ARIZNABARRA	Eskulanak: apaindu eta berrerabili zure eguneroko objektuak	U	Al-Az	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09104	110-CTPM-1	LANDAZURI	Eskulanak: koadroak testurak eta erliebe-orea baliatuz	2.L	Al-Az	18:15-19:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
09035	116-LTDM-1	SAN MARTIN	Eskulanak: Liburu eta teila apaingarriak paperak eta pastak erabiliz	2.L	As-Og	16:30-18:00	10,2 €	17 €	8,5 €	
09034	116-TPRM-1	SAN MARTIN	Eskulanak: sortu zure lanak, testura, modelatzeko ore eta bozelduen bidez	1.L	As-Og	16:30-18:00	10,2 €	17 €	8,5 €	
09024	107-TAPM-1	TXAGORRITXU	Harria lantzea	U	As-Og	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
09025	107-TAPM-2	TXAGORRITXU	Harria lantzea	U	As-Og	11:45-13:15	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€

10€ Materialaren prezioa 10 €.

★ Ezagutza aurreratua.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09023	107-AADM-1	TXAGORRITXU	Harria lantzeko gela irekia	U	Al-Az	10:10-11:40	4,2 €	7 €	3,5 €	★
09005	109-EU1M-1	SAN PRUDENTZIO	Hizkuntza: euskara 1. maila	U	Al-Az	10:15-11:30	17 €	28,3 €	14,15 €	10€
09102	110-IN1M-1	LANDAZURI	Hizkuntza: ingelesa 1. maila	U	As-Og	12:15-13:30	17 €	28,3 €	14,15 €	10€
09107	110-TMAM-1	LANDAZURI	Ikasi Android mugikorra erabiltzen	2.L	Or	11:10-12:40	5,1 €	8,5 €	4,25 €	☞
09108	110-TMAM-2	LANDAZURI	Ikasi Android mugikorra erabiltzen	2.L	Or	16:00-17:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	☞
09060	103-TMAM-1	SAN KRISTOBAL	Ikasi Android mugikorra erabiltzen	1.L	Or	10:30-12:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	☞
09075	104-ARPM-1	HERRANDARRAK	Ikasi poesia errezitatzeko eta istorioak kontatzen	U	Al	18:00-19:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
09088	104-WHVM-1	HERRANDARRAK	Ikasi WhatsApp-a erabiltzen	1.L	As-Og	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09048	113-IF1M-1	KOROATZEA	Informatika 1. maila	U	Al-Az	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09049	113-IF1M-2	KOROATZEA	Informatika 1. maila	U	Al-Az	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09078	104-IF1M-1	HERRANDARRAK	Informatika 1. maila	U	Al-Az	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09045	113-IFAM-1	KOROATZEA	Informatika aurreratua	U	As-Og	12:00-13:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	★
09040	116-MAAM-1	SAN MARTIN	Informatika: Android mugikorra, aurreratua	2.L	As-Og	10:00-11:30	10,2 €	17 €	8,5 €	★

10€ Materialaren prezioa 10 €.

★ Aldez aurreko ezagutzak izan.

☞ Android telefonoa datu tarifarekin.

★ Ezagutza aurreratuak.

9. MULTZOA

ZOZKETA DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09038	116-MTAM-1	SAN MARTIN	Informatika: Android tableten oinarrizko erabilera	1.L	As-Og	10:00-11:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
09090	104-IDGM-1	HERRANDARRAK	Informatika: dokumentuak digitalizatu eta antolatzea	2.L	As-Og	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09094	111-IITM-1	ARIZNABARRA	Informatika: ertaina	U	As-Og	11:45-13:15	20,2 €	33,7 €	16,85 €	★
09044	109-IITM-1	SAN PRUDENTZIO	Informatika: ertaina	U	Al-Az	11:40-13:10	20,2 €	33,7 €	16,85 €	★
09015	109-APGM-1	SAN PRUDENTZIO	Informatika: Google aplikazioak ordenagailurako	1.L	As-Og	17:45-19:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09089	104-IGDM-1	HERRANDARRAK	Informatika: Google, eguneroko antolaketa-tresna	1.L	Al-Az	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09053	109-LNBM-1	SAN PRUDENTZIO	Informatika: ofimatika hodeian	2.L	As-Og	17:45-19:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09091	104-ICAM-1	HERRANDARRAK	Informatika: Sormena AA baliatuta; musika, artea eta idazketa	2.L	Al-Az	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★
09009	108-LEPM-1	PILAR	Irakurketa sakona	U	Al-Az	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09055	103-COLM-1	SAN KRISTOBAL	Irakurketak partekatzen	U	Al	16:15-17:45	10,2 €	17 €	8,5 €	10€
09095	105-COLM-1	ZARAMAGA	Irakurketak partekatzen	U	Og	16:30-18:00	10,2 €	17 €	8,5 €	10€
09017	106-PAIM-1	ARANBIZKARRA	Joskintza eta patchwork (almazuelak)	U	Al-Az	17:50-19:20	20,2 €	33,7 €	16,85 €	📖
09096	101-TPEM-1	ARANA	Kazetaritza tertuliak	U	Al-Az	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	4€

4€ Materialaren prezioa 4 €.

10€ Materialaren prezioa 10 €.

★ Aldez aurreko ezagutzak izan.

★ Ezagutza aurreratuak.

📖 Bakoitzak ordaintzen du bere materiala.



ZOKZ KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09085	111-CUGM-1	ARIZNABARRA	Kultura orokorra	U	Al-Az	10:05-11:35	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
09032	102-CUGM-1	JUDIMENDI	Kultura orokorra	U	As-Og	11:45-13:15	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
09016	106-APCM-1	ARANBIZKARRA	Kulturaren aldeko apustua: literatura, zinema eta musika	U	As	12:00-13:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
09008	158-LEEM-1	INFO	Let 's speak English: hitz egiteko gunea	U	As	18:30-19:45	8,5 €	14,1 €	7,05 €	
09046	113-GLIM-1	KOROATZEA	Literaturari eta idazketa sortzaileari buruzko lantegia	U	Az	12:00-13:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
09082	101-TARM-1	ARANA	Marketeria	U	As-Og	15:40-17:10	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09084	101-RCAM-1	ARANA	Marketeria: ikasketa-gune konpartitua	U	Og	17:15-19:15	10,2 €	17 €	8,5 €	☑ ★
09007	158-MINM-1	INFO	Mintzapraktika: hitz egiteko gunea	U	As	17:00-18:15	8,5 €	14,1 €	7,05 €	
09050	113-RBAM-1	KOROATZEA	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Maila aurreratua	1.L	Al-Az	17:45-19:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★ ⬆
09051	113-RBAM-2	KOROATZEA	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Maila aurreratua	2.L	Al-Az	17:45-19:15	10,2 €	17 €	8,5 €	★ ⬆
09052	109-RBCM-1	SAN PRUDENTZIO	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	2.L	As-Og	11:40-13:10	10,2 €	17 €	8,5 €	⬆
09083	112-RBCM-1	SANSOMENDI	Mugikorra: erabilera eta komunikazioa. Oinarrizko maila	2.L	Or	11:00-12:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	⬆
09105	110-IVCM-1	LANDAZURI	Mugikorra: ikasi hodeia kudeatzen	1.L	Or	11:10-12:40	5,1 €	8,5 €	4,25 €	⬆

10€ Materialaren prezioa 10 €.

★ Ezagutza aurreratuak.

☑ Ordu bat begilerik gabe.

⬆ Android telefonoa datu tarifarekin.

9. MULTZOA

ZOZKETA DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09106	110-IVCM-2	LANDAZURI	Mugikorra: ikasi hodeia kudeatzen	1.L	Or	16:00-17:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
09039	102-MMCM-1	JUDIMENDI	Mugikorraren erabilera eta komunikazioa (maila aurreratua)	1.L	Or	10:00-11:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
09014	109-BASM-1	SAN PRUDENTZIO	Munduan izateko arte ederra	2.L	As-Or	16:30-18:00	10,2 €	17 €	8,5 €	
09097	101-HCMM-1	ARANA	Munduko kulturak	U	As	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	
09061	103-FBMM-1	SAN KRISTOBAL	Oinarrizko argazkigintza mugikorraz	2.L	Or	10:30-12:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
09036	116-IFBM-1	SAN MARTIN	Oinarrizko informatika	U	Al-Az	11:35-13:05	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09043	109-IFBM-1	SAN PRUDENTZIO	Oinarrizko informatika	U	Al-Az	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09072	114-COHM-1	ABETXUKU	Oinarrizko sukaldaritza, gizonentzat	U	As	10:30-12:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
09010	108-OFVM-1	PILAR	Ordenatu zure bizitzako argazki eta bideoak	U	Al	11:50-13:20	10,2 €	17 €	8,5 €	
09041	106-ORNM-1	ARANBIZKARRA	Ornitologia hasiberrientzat, oinarrizko maila	2.L	Al	11:00-12:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
09011	108-PBYM-1	PILAR	Patchworka eta brodatu yugoslaviarra	U	As-Og	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09029	107-PI1M-1	TXAGORRITXU	Pintura eta marrazketa.1. maila	U	As-Og	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
09066	101-AAPM-1	ARANA	Pintura gela irekia	U	Al-Az	10:15-11:45	4,2 €	7 €	3,5 €	

Materialaren prezioa 3 €.

Materialaren prezioa 4 €.

Ezagutza aurreratuak.

Android telefonoa datu tarifarekin.

Ordenagailu eramangarriak ekarri.

Ez da beti hasiko eta amaituko BIZAN-en bertan.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09021	107-AAPM-1	TXAGORRITXU	Pintura gela irekia	U	Al-Az	10:10-11:40	4,2 €	7 €	3,5 €	★
09022	107-AAPM-2	TXAGORRITXU	Pintura gela irekia	U	Al-Az	11:50-13:20	4,2 €	7 €	3,5 €	★
09070	101-IDCM-1	ARANA	Pintura: marrazketa eta kolorea; hastapenak	U	Al-Az	18:05-19:35	20,9 €	33,7 €	16,85 €	4€
09026	107-MACM-1	TXAGORRITXU	Pintura: marrazkigintza maila aurreratua eta kolorera pasatzea	U	As-Og	11:45-13:15	20,2 €	33,7 €	16,85 €	★ 4€
09079	101-POPM-1	ARANA	Pintura: olio eta paisaia	U	As-Og	10:15-12:15	20,9 €	33,7 €	16,85 €	✓ ★ 4€
09081	101-OTMM-1	ARANA	Pintura: olio eta teknika mistoak. Teoriko, praktiko	U	As-Og	16:30-18:00	20,9 €	33,7 €	16,85 €	★ 4€
09027	107-OTMM-1	TXAGORRITXU	Pintura: olio eta teknika mistoak. Teoriko, praktiko	U	Al-Az	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	★ 4€
09080	101-PPOM-1	ARANA	Pintura: olioaren lehen urratsak	U	Al-Az	16:30-18:00	20,9 €	33,7 €	16,85 €	4€
09031	107-AGUM-1	TXAGORRITXU	Pintura: ur-koloreak eta eskaintzen dituzten aukerak	1.L	Or	10:15-12:15	6,8 €	11,3 €	5,65 €	★ 4€
09076	112-AUAM-1	SANSOMENDI	Pintura: ur-koloreak eta eskaintzen dituzten aukerak: aurreratua	2.L	Og	18:00-20:00	6,8 €	11,3 €	5,65 €	★ 4€
09037	116-LREM-1	SAN MARTIN	Sormenezko idazkera	U	Or	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	
09071	114-CSBM-1	ABETXUKU	Sukaldaritza osasungarria	U	Al	16:00-18:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	4€
09074	104-CERM-1	HERRANDARRAK	Zeramika	U	As	16:00-18:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	4€

4€ Materialaren prezioa 4 €.

★ Aldez aurreko ezagutzak izan.

✓ Ordu bat begiralerik gabe.

★ Ezagutza aurreratuak.

9. MULTZOA

ZOZKETA DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
09028	107-CATM-1	TXAGORRITXU	Zeramika artistikoa	U	Al-Az	15:40-17:10	20,2 €	33,7 €	16,85 €	4€
09018	101-TM1M-1	ARANA	Zura lantzea 1. maila	U	As-Og	18:05-19:35	20,2 €	33,7 €	16,85 €	7€
09020	101-TAMM-1	ARANA	Zura lantzea: artea zurean	U	Al-Az	16:00-18:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	✓★7€
09004	108-ABMM-1	PILAR	Zura lantzea: hasi berrientzako marrazketa	U	As-Og	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	★7€
09067	101-AAMM-1	ARANA	Zura lantzeko gela irekia	U	Al-Or	10:30-12:00	4,2 €	7 €	3,5 €	★4€
09068	101-AAMM-2	ARANA	Zura lantzeko gela irekia	U	As-Og	10:30-12:00	4,2 €	7 €	3,5 €	★4€
09069	101-AAMM-3	ARANA	Zura lantzeko gela irekia	U	Az-L	10:30-12:00	4,2 €	7 €	3,5 €	★4€
09001	108-AAMM-1	PILAR	Zura lantzeko gela irekia	U	Al-Az	11:00-12:30	4,2 €	7 €	3,5 €	★4€
09002	108-AAMM-2	PILAR	Zura lantzeko gela irekia	U	As-Og	16:00-17:30	4,2 €	7 €	3,5 €	★4€
09003	108-AAMM-3	PILAR	Zura lantzeko gela irekia	U	As-Og	17:45-19:15	4,2 €	7 €	3,5 €	★4€
09073	114-AEVM-1	ABETXUKU	Zure bizipenak idazten ikasi	U	Az	15:45-17:15	10,2 €	17 €	8,5 €	
09019	101-EMAM-1	ARANA	Zurezko tailua: zurezko eskultura	U	As-Og	16:00-18:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	✓★7€

4€ Materialaren prezioa 4 €.

7€ Materialaren prezioa 7 €.

✓ Ordu bat begiralerik gabe.

★ Ezagutza aurreratua.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10006	109-CVAM-1	SAN PRUDENTZIO	Abesbatza "Voces del Ayer"	U	As-Og	18:30-20:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
10007	106-CAZM-1	ARANBIZKARRA	Abesbatza: "Aritz Zaharra"	U	As-Og	16:30-18:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
10057	111-EPSM-1	ARIZNABARRA	Adimena, emozioak eta harremanak estimulatu	U	Og	15:45-17:15	0 €	0 €	0 €	75
10053	113-EPSM-1	KOROATZEA	Adimena, emozioak eta harremanak estimulatu	U	Az	10:15-11:45	0 €	0 €	0 €	75
10004	108-EPSM-1	PILAR	Adimena, emozioak eta harremanak estimulatu	U	Al	17:00-18:30	0 €	0 €	0 €	75
10102	110-EPSM-1	LANDAZURI	Adimena, emozioak eta harremanak estimulatu	U	Al	16:30-18:00	0 €	0 €	0 €	75
10030	116-EPSM-1	SAN MARTIN	Adimena, emozioak eta harremanak estimulatu	U	Og	17:00-18:30	0 €	0 €	0 €	75
10005	109-EPSM-1	SAN PRUDENTZIO	Adimena, emozioak eta harremanak estimulatu	U	Al	16:30-18:00	0 €	0 €	0 €	75
10009	111-AEMM-1	ARIZNABARRA	Aerobik	U	As-Og	11:10-12:10	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10083	105-AEMM-1	ZARAMAGA	Aerobik	U	Al-Az	10:05-11:05	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10055	115-RASM-1	LAKUA-ARRIAGA	Antsietatea eta estresa gutxitu: Mindfulness	U	Az	17:30-18:30	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10029	116-RASM-1	SAN MARTIN	Antsietatea eta estresa gutxitu: Mindfulness	U	Og	12:00-13:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10046	109-TEAM-1	SAN PRUDENTZIO	Antzerkia	U	Al-Az	17:30-19:30	26,9 €	44,9 €	22,45 €	
10077	112-BS1M-1	SANSOMENDI	Areto dantzak 1. maila	U	As-Og	16:00-17:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	

75 urteko gorakoentzat.

Lekua: alzi ekitaldi aretoa.

10. MULTZOA

ZOZKETA DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10003	108-PFMM-1	PILAR	Argi izan burua	U	As-Og	10:15-11:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10041	115-PFMM-1	LAKUA-ARRIAGA	Argi izan burua	U	As-Og	10:00-11:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10101	110-PFMM-1	LANDAZURI	Argi izan burua	U	As-Og	11:50-13:20	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10065	104-PFMM-1	HERRANDARRAK	Argi izan burua	U	Az-Or	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10074	112-PFMM-1	SANSOMENDI	Argi izan burua	U	As-Og	16:30-18:00	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10022	107-PFMM-1	TXAGORRITXU	Argi izan burua	U	Al-Az	10:10-11:40	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10082	105-PFMM-1	ZARAMAGA	Argi izan burua	U	Al-Az	18:05-19:35	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10033	102-PFMM-1	JUDIMENDI	Argi izan burua	U	Az-Or	11:50-13:20	20,2 €	33,7 €	16,85 €	10€
10051	113-THAM-1	KOROATZEA	Artearen historiako terminoak	U	Al	16:00-17:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10087	105-TRSM-1	ZARAMAGA	Bakardadea gainditzea: ariketak eta autoezagutza	U	Al-Az	12:05-13:05	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10095	105-ACSM-1	ZARAMAGA	Bakardadeari aurre egiteko: norbere burua zaintzea	U	Or	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	
10039	115-ARSM-1	LAKUA-ARRIAGA	Bizitza aktiboa eta gizarte harremanak	U	Al	18:30-20:00	10,2 €	17 €	8,5 €	
10013	106-CHKM-1	ARANBIZKARRA	Chi-kung, Qi Gong	U	Az	12:00-13:00	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10059	103-CHKM-1	SAN KRISTOBAL	Chi-kung, Qi Gong	U	Al-Az	10:30-11:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10008	106-DMMM-1	ARANBIZKARRA	Dantza, musika eta mugimendu	U	Az	16:15-17:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
10088	101-COBM-1	ARANA	Dantza: koreografiak	U	Al-Az	16:15-17:15	13,5 €	22,5 €	11,25 €	

10€ Materialaren prezioa 10 €.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10099	101-GEMM-1	ARANA	Emakumeentzako elkartzeko taldea	U	Al	18:15-19:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
10042	115-EMGM-1	LAKUA-ARRIAGA	Emozioen kudeaketa	U	Og	16:30-18:00	10,2 €	17 €	8,5 €	
10027	116-EMGM-1	SAN MARTIN	Emozioen kudeaketa	U	Or	11:00-12:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10002	109-EMGM-1	SAN PRUDENTZIO	Emozioen kudeaketa	U	Az	12:00-13:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10071	112-EMGM-1	SANSOMENDI	Emozioen kudeaketa	U	Al	11:00-12:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10078	112-BAEM-1	SANSOMENDI	Erakustaldirako dantza aurreratua	U	As-Og	19:00-20:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10058	103-PVSM-1	SAN KRISTOBAL	Eraztun Berdean zehar oinez	2.L	Al	10:00-11:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
10097	101-ESMM-1	ARANA	Estimulazio psikomotorea	U	Or	10:15-11:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
10024	116-EKDM-1	SAN MARTIN	Euskal dantzak hastapenak	U	Al-Az	17:15-18:45	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
10032	102-FESM-1	JUDIMENDI	Feldenkrais lurzoruan	U	As	17:45-19:00	8,5 €	14,1 €	7,05 €	
10015	106-PCFM-1	ARANBIZKARRA	Fikziozko film labur batean parte hartu	U	Og	11:15-13:15	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10075	111-GFSM-1	ARIZNABARRA	Gimnasia funtzionala aulkian groputza eta burua landu	2.L	As-Og	12:15-13:15	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10045	109-GSSM-1	SAN PRUDENTZIO	Gimnasia leuna	U	Az	16:00-17:15	8,5 €	14,1 €	7,05 €	
10067	106-BOBM-1	ARANBIZKARRA	Gimnasia: oreka, indarra eta malgutasuna	U	Or	11:00-12:15	8,5 €	14,1 €	7,05 €	

Emakumeentzako tailerra.

Ezagutza aurreratuak.

75 urteko gorakoentzat.

Materialaren prezioa 7 €.

Ez da beti hasiko eta amaituko BIZAN-en bertan.

Lekua: Simón Bolívar aretoa.

10. MULTZOA

ZOZKETA DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10063	103-TCSM-1	SAN KRISTOBAL	Gorputz lanketa arina	U	As-Og	11:45-12:45	13,5 €	22,5 €	11,25 €	75
10031	102-EPBM-1	JUDIMENDI	Gorputz-jarrera egokia	U	As	16:30-17:45	8,5 €	14,1 €	7,05 €	
10076	112-CMEM-1	SANSOMENDI	Gorputza eta oroimena aktibatzen ariketak	U	Al-Az	16:30-17:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	70
10011	106-EJEM-1	ARANBIZKARRA	Gorputza eta oroimena lantzeko ariketak, 75 urtetik gorakoentzat	U	Az	11:30-12:30	6,8 €	11,3 €	5,65 €	75 4€
10091	105-TRCM-1	ZARAMAGA	Gorputza lantzea	U	Al-Az	18:05-19:05	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10049	113-ECMM-1	KOROATZEA	Gorputza, burua eta emozioak hezte	U	Al	10:10-11:10	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10050	113-ECMM-2	KOROATZEA	Gorputza, burua eta emozioak hezte	U	Az	10:10-11:10	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10017	107-CDCM-1	TXAGORRITXU	Gure eguneroko elkarrizketak	U	As	12:00-13:00	6,8 €	11,3 €	5,65 €	75
10034	102-MARM-1	JUDIMENDI	Ibilketa nordikoa	2.L	Or	17:00-18:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
10040	115-MARM-1	LAKUA-ARRIAGA	Ibilketa nordikoa	U	As-Og	10:00-11:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
10028	116-MARM-1	SAN MARTIN	Ibilketa nordikoa	U	Al-Az	17:00-18:30	20,2 €	33,7 €	16,85 €	
10098	101-LFMM-1	ARANA	Irakurketa erraza oroimena suspertzeko	U	Og	11:50-13:20	10,2 €	17 €	8,5 €	
10048	113-RLRM-1	KOROATZEA	Irratia. Lokuzioa eta irratsaioa egitea	U	Al	17:00-19:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10079	112-HVEM-1	SANSOMENDI	Istoria bat argazki bakoitzaren atzean: oroitzapenak partekatu	2.L	Az	12:00-13:30	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
10054	113-HVEM-1	KOROATZEA	Istoria bat argazki bakoitzaren atzean: oroitzapenak partekatu	U	Or	11:00-12:30	10,2 €	17 €	8,5 €	

4€ Materialaren prezioa 4 €.

Belaunaldien arteko harremana.

70 70 urteko gorakoentzat.

75 75 urteko gorakoentzat.

Lekua: Simón Bolívar aretoa.

Ez da beti hasiko eta amaituko BIZAN-en bertan.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10085	101-EDPM-1	ARANA	Jarrera egokiak ikasten	U	As-Og	11:45-12:45	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10016	106-GEBM-1	ARANBIZKARRA	Kudeaketa emozionala zure ongizaterako	1.L	Al	17:30-19:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
10069	114-GEBM-1	ABETXUKU	Kudeaketa emozionala zure ongizaterako	U	Og	10:00-11:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10061	103-GEBM-1	SAN KRISTOBAL	Kudeaketa emozionala zure ongizaterako	U	As	16:15-17:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
10060	103-STIM-1	SAN KRISTOBAL	Luzatze-ariketak	U	Al	11:45-12:45	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10026	116-STIM-1	SAN MARTIN	Luzatze-ariketak	U	As	16:00-17:30	10,2 €	17 €	8,5 €	
10094	105-STIM-1	ZARAMAGA	Luzatze-ariketak	U	Or	10:30-11:30	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10068	114-MNCM-1	ABETXUKU	Martxa nordikoa: ezagutu zure ingurunea	U	Az	10:00-12:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10044	115-MEDM-1	LAKUA-ARRIAGA	Meditazioa	U	Og	18:15-19:00	5,1 €	8,5 €	4,25 €	
10021	107-MCTM-1	TXAGORRITXU	Mikro-antzerkia	U	Og	18:00-20:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10084	101-MCMM-1	ARANA	Mugi zaitetz musikarekin	U	As-Og	10:30-11:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10056	115-MCMM-1	LAKUA-ARRIAGA	Mugi zaitetz musikarekin	U	Al-Az	10:30-11:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10073	112-MCMM-1	SANSOMENDI	Mugi zaitetz musikarekin	U	Al-Az	12:00-13:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10020	107-MCMM-1	TXAGORRITXU	Mugi zaitetz musikarekin	U	As	17:10-18:10	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10103	110-MESM-1	LANDAZURI	Mugimendu eta ariketa arinak	U	Al-Az	11:45-13:00	17 €	28,3 €	14,15 €	75

75 75 urteko gorakoentzat.



Ez da beti hasiko eta amaituko BIZAN-en bertan.

10. MULTZOA

ZOZKETA DUTEN IKASTARO ETA LANTEGIAK



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10023	116-MESM-1	SAN MARTIN	Mugimendu eta ariketa arinak	U	Al-Az	10:30-11:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	75
10012	106-BAMM-1	ARANBIZKARRA	Munduko dantzak	U	Al	16:15-17:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
10064	103-BAMM-1	SAN KRISTOBAL	Munduko dantzak	U	Az	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	
10089	105-BMRM-1	ZARAMAGA	Musikoterapia: dantza, mugimendua eta erlaxazioa	U	Al-Az	16:00-17:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	4€
10096	101-RISM-1	ARANA	Ongizatea eta osasuna barrearen bidez	U	Az	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	☉
10047	113-RISM-1	KOROATZEA	Ongizatea eta osasuna barrearen bidez	U	Og	10:10-11:40	10,2 €	17 €	8,5 €	☉
10100	104-RISM-1	HERRANDARRAK	Ongizatea eta osasuna barrearen bidez	U	As	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	☉
10001	109-RISM-1	SAN PRUDENTZIO	Ongizatea eta osasuna barrearen bidez	U	Og	12:00-13:30	10,2 €	17 €	8,5 €	☉
10093	105-RISM-1	ZARAMAGA	Ongizatea eta osasuna barrearen bidez	U	Or	11:45-13:15	10,2 €	17 €	8,5 €	☉
10019	107-GMSM-1	TXAGORRITXU	Oso gimnasia arina	U	Or	10:15-11:45	10,2 €	17 €	8,5 €	75
10014	106-PILM-1	ARANBIZKARRA	Pilates	U	Or	12:20-13:30	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10038	115-PILM-1	LAKUA-ARRIAGA	Pilates	U	Al-Az	16:15-17:15	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10086	105-PILM-1	ZARAMAGA	Pilates	U	Al-Az	11:05-12:05	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10010	111-PYEM-1	ARIZNABARRA	Pilates-yoga eta energia	U	As-Og	10:10-11:10	13,5 €	22,5 €	11,25 €	

4€ Materialaren prezioa 4 €.

75 75 urteko gorakoentzat.

☉ Belaunaldien arteko harremana.



ZOZK KOD.	MAE KOD.	ZENTROA	JARDUERA	IRAUP.	EGUN.	ORDUTEGIA	ABON.	ABON. GABEA	BAT BEREZI	OHAR.
10081	104-PSIM-1	HERRANDARRAK	Psikomotrizitatea	U	As	10:10-11:40	10,2 €	17 €	8,5 €	
10092	105-PSIM-1	ZARAMAGA	Psikomotrizitatea	U	Og	16:00-17:30	10,2 €	17 €	8,5 €	75
10052	113-ECCM-1	KOROATZEA	Suspertze kognitiboa	U	Al	10:15-11:45	10,2 €	17 €	8,5 €	4€
10035	107-ECCM-1	TXAGORRITXU	Suspertze kognitiboa	U	Al	16:15-17:45	10,2 €	17 €	8,5 €	75
10080	105-ECCM-1	ZARAMAGA	Suspertze kognitiboa	U	Al	10:15-11:45	10,2 €	17 €	8,5 €	75 10€
10018	107-CHIM-1	TXAGORRITXU	Tai-chi	U	Og	16:30-17:30	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10090	105-TRLM-1	ZARAMAGA	Tertulia, musika eta ongizatea	U	Al-Az	17:00-18:00	13,5 €	22,5 €	11,25 €	75
10043	115-YOSM-1	LAKUA-ARRIAGA	Yoga aulkian	U	Al	17:30-18:30	6,8 €	11,3 €	5,65 €	75
10037	109-YOSM-1	SAN PRUDENTZIO	Yoga aulkian	U	Og	10:30-11:45	8,5 €	14,1 €	7,05 €	75
10066	114-YMMM-1	ABETXUKU	Yoga eta meditazioa	U	Al	10:15-11:15	6,8 €	11,3 €	5,65 €	
10062	103-YOGM-1	SAN KRISTOBAL	Yogaren hastapenak	U	As-Og	10:30-11:30	13,5 €	22,5 €	11,25 €	
10072	104-CSUM-1	HERRANDARRAK	Zaindu bizkarra lurretik	U	Og	10:10-11:40	10,2 €	17 €	8,5 €	
10070	114-CESM-1	ABETXUKU	Zaindu zure bizkarra	U	Or	10:15-11:45	10,2 €	17 €	8,5 €	
10036	107-SPFM-1	TXAGORRITXU	Zoru pelbikoa	U	As	16:00-17:00	6,8 €	11,3 €	5,65 €	

4€ Materialaren prezioa 4 €.

75 75 urteko gorakoentzat.

10€ Materialaren prezioa 10 €.



Ikastaro eta lantegiez gain, BIZANek badu bestelako eskaintza ere zuretzat.

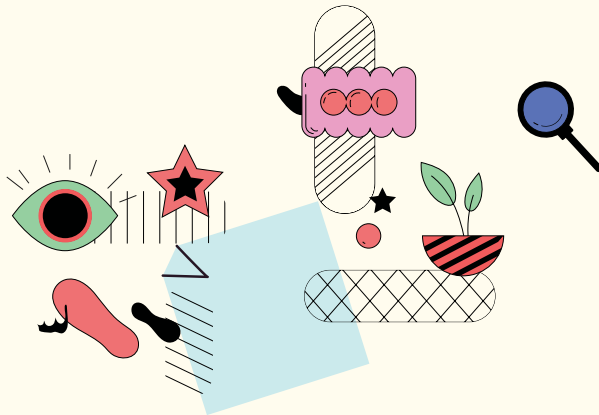
1. HILEZ HILEKO PROGRAMAZIOA

250 proposamen baino gehiago hilabete bakoitzeko. Kontsultatu hemen. QR kodea:



2. HITZORDUEN PANELA

Antzeko interesak dituzten pertsonak aurkitzeko panel bat.



3. OSASUN PARKEAK

Aire zabaleko espazioak, bertan dauden aparatuek erabiliz edo profesionalek dinamizatutako saioetan ariketa fisikoa egiteko. Saio horietan edonork har dezake parte, eta doakoak dira. BIZAN zentroyen ondoan daude.



Edonor izan daiteke BIZANen parte, eta talde teknikoarekin proiektu berriak eraiki ditzake.

BIZANen entzun egiten ditugu zure proposamenak

1. JARDUERA-BATZORDEAK

Batzordeetan, adinekoek beste pertsona batzuentzako jarduerak antolatzen dituzte.

Zentro bakoitzean 8 batzorde egon daitezke.

Batzorde bakoitzak gai interesgarri bat lantzen du: osasuna, hezkuntza, ikus-entzunezkoak, irakurketa, arte eszenikoak, gizarte-gaiak, txangoak eta jolas-jarduerak.

Gogoia eta denbora apur bat izanez gero, zeuk ere har dezakezu parte.

2. GENERATIBITATEA

Adinekoek beren ezagutza eta interesen balioa nabarmentzeko aukera dute, eta beren ikastaroak, lantegiak edo jarduerak sortzeko. BIZANen haien proposamenak jaso eta babesten ditugu.

3. PIZTU ZURE AUZOA

Topagune bat da, jende berria ezagutzeko, hitz egiteko, ondo pasatzeko eta zure auzoa atseginagoa eta lagunkoiagoa izan dadin laguntzeko. Ez da izena eman behar. Zentro bakoitzean talde bat dago.

4. BIZIKLETAZ, ADINIK EZ

Adinekoentzako paseoak eta jarduerak dira, trizikloan. Programa honetako laguntzaileek trizikloak gidatu eta adinekoekin denbora partekatzen dute.



BIZAN zentroetan honako hauek aurki ditzakezu:

KAFETEGIA

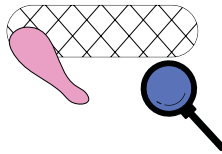
Sozializatzeko topagunea.

HEMEROTEKA

Prensa kontsultatzeko gunea.

INFOTEKA

Internet erabiltzeko espazioa..



Horietaz gain, txartela duten erabiltzaileentzako zerbitzuak daude.

ILE-APAINDEGIA

Ile-apaindegi eta estetika zerbitzuak eskaintzen ditu.

JANTOKIA

Jatordu osasungarriak konpainia onean. Oinarrizko gizarte zerbitzuetan eskatu behar da.

PODOLOGIA

Oinak zaintzeko oinarrizko zerbitzuak eskaintzen ditu.



BIZAN INFO: ADINEKOEN INFORMAZIO GUNEA

Hirian dauden baliabideei buruzko informazioa eta banakako orientazioa 60 urtetik gorakoentzat.

Horrez gain, partaidetza sozialerako eta antzeko interesak dituzten pertsonen arteko topaketarako espazioak ditugu.



ALBISTE-BULETINA

Jaso ezazu BIZANen gertatzen denari buruzko informazioa eta programazioa.

Alta eman gure hileko buletinean:



SARE SOZIALAK

BIZAN **Instagramen** eta **Facebooken** dago, adin-estereotipoak hausten.

Hemen gaituzu:



Ez ahaztu zure argitalpenetan **#bizanvg** aipatzea.

