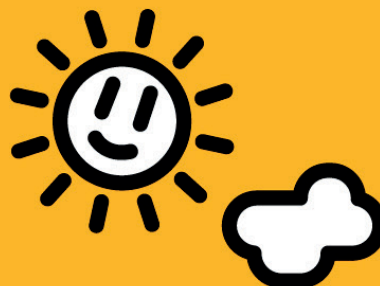


# 12 LUNAS VERANO



Zaragoza

JO-  
VEN



**ACTIVIDADES GRATUITAS  
PARA JÓVENES DE 14 A 30 AÑOS**

GASTRONOMIA | VIAJES | DEPORTE  
TEATRO | AVENTURAS | PINTURA  
ESCAPES | CERAMICA | TALLERES



INSCRIBETE A TRAVES  
DE NUESTRA WEB

f @ZGZ JOVEN

X @ZGZJOVEN

@12LUNASZGZJOVEN

# ¿QUÉ ES 12 LUNAS?

El programa 12 Lunas es un programa del **Servicio de Juventud del Ayuntamiento de Zaragoza**, compuesto por un conjunto de experiencias de ocio, divulgación y prevención dirigidas a los y las **jóvenes de 14 a 30 años de Zaragoza**, cuya finalidad es ofrecer alternativas de ocio saludable.

Dentro del programa ofrecemos la posibilidad de participar en actividades totalmente gratuitas que trabajan aspectos como el encuentro y la relación con otros y otras jóvenes, el aprendizaje, el respeto por el medio ambiente, la igualdad y la inclusión, valores que se transmiten a través de actividades basadas en la diversión, la innovación, la creatividad y la participación.

12 Lunas consta de tres ediciones:



**ACTIVIDADES DIRIGIDAS  
A JÓVENES ENTRE 14 Y 30 AÑOS**

**TODAS LAS ACTIVIDADES  
12 LUNAS SON GRATUITAS**

## INFORMACIÓN GENERAL.....7

### 12 LUNAS ESTRELLA

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| Escuela ciudadana de prevención de riesgos..... | 11 |
|-------------------------------------------------|----|

### DEPORTE Y CRECIMIENTO PERSONAL

|                                                         |    |
|---------------------------------------------------------|----|
| Iniciación al boxeo (+18) .....                         | 12 |
| Paintball .....                                         | 12 |
| Tiro con arco y piscina .....                           | 12 |
| Iniciación a la escalada .....                          | 13 |
| Descenso en piragua por el Ebro (+18) .....             | 13 |
| Tiro olímpico con aire comprimido y piscina (+18) ..... | 13 |
| Cena bajo la luna en bici (+18) .....                   | 14 |
| Hot Yoga (+18) .....                                    | 14 |
| Descubre el Pickleball .....                            | 14 |
| Práctica deportiva: vuela bailando .....                | 15 |
| Practica deporte con hip hop .....                      | 15 |
| Descenso crepuscular por el Ebro (+18) .....            | 15 |
| Defensa personal (+18).....                             | 16 |
| Practica deporte con street dance .....                 | 16 |
| Iniciación al Paddle Surf (+18) .....                   | 16 |
| Gymkana deportiva .....                                 | 17 |
| Tiro con arco .....                                     | 17 |
| Defensa personal aplicada (+18) .....                   | 17 |
| Arte en bicicleta. Dibujos luminosos (+18) .....        | 18 |
| Tiro olímpico con aire comprimido (+18) .....           | 18 |
| Practica deporte con bailes modernos .....              | 18 |
| Fundamentos del kungfu (+18) .....                      | 19 |

### 12 LUNAS DE IDA Y VUELTA

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Excursión a Hecho y Ansó (+18) .....          | 20 |
| Excursión a Huesca y planetario (+18) .....   | 20 |
| Excursión a Lacuniacha y tirolina(+18) .....  | 21 |
| Madrid. Musical la Familia Addams (+18) ..... | 21 |

### CULTURA 12 LUNAS

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| Teatro. Pijama para seis .....            | 22 |
| Teatro. Tempo. El mago invisible .....    | 22 |
| Auditorio. 8º Certamen Pop Rock 90s ..... | 22 |
| Auditorio. DJ Symphonic latino .....      | 22 |

## GAMER 12 LUNAS

|                             |    |
|-----------------------------|----|
| Láser Tag.....              | 23 |
| Realidad Virtual (+18)..... | 23 |
| Arcade Levels.....          | 23 |

## DIVIÉRTETE 12 LUNAS

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| Escape Room. Mental Experiment.....                          | 24 |
| Escape Room. 007 .....                                       | 24 |
| Escape Room. Indiana's Adventure .....                       | 25 |
| City Escape: "Ciudad de sombras".....                        | 25 |
| Street Escape. La base secreta .....                         | 25 |
| Vuelo A0714 Combate.....                                     | 26 |
| Battle Room. La caída de Troya.....                          | 26 |
| Imperio Romano (Caesaraugusta).....                          | 26 |
| Escape Room. El hechizo .....                                | 27 |
| Cluedo en vivo en la Aljafería: La sombra del Califato ..... | 27 |
| Iniciación al Lindy hop (swing) .....                        | 27 |
| Room Score. Lacasitos .....                                  | 28 |
| Battle Room. ¡Tu radio no suena! .....                       | 28 |
| Iniciación al Swing Solo (individual) .....                  | 28 |

## CONDIMENTANDO EL PLANETA

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| Cocina japonesa callejera (+18) .....          | 29 |
| Cocina vegetariana (+18) .....                 | 29 |
| Taller de helados artesanos (+18) .....        | 29 |
| Elaboración de tapas y pintxos (+18) .....     | 30 |
| Taller de blooming cakes & bubbles (+18) ..... | 30 |
| Japanese kitchen (+18) .....                   | 30 |
| Cocina mexicana (+18) .....                    | 31 |

## LA LIGA DE LA N-NBA "NOSOTROS NO BEBEMOS ALCOHOL"

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| Coctelería NO-LO (+18) .....                     | 32 |
| Kombucha, la bebida de los samurais (+18) .....  | 32 |
| Ginger bug, tu propia bebida con gas (+18) ..... | 32 |
| Tepache, tu bebida fermentada (+18) .....        | 33 |
| Coctelería saludable (+18) .....                 | 33 |

## SUELTA EL MÓVIL

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Generación “ghosting” .....                            | 34 |
| La vida en modo “scroll” .....                         | 34 |
| Cómo caer bien sin dar cringe .....                    | 34 |
| Cartografía de tu identidad lunar .....                | 35 |
| Uluburun: Un naufragio en tu piscina .....             | 35 |
| Orientación tradicional con brújula y mapa (+18) ..... | 35 |

## DISFRUTA DEL ARTE

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| Pintura textil en bolsa de playa .....       | 36 |
| Retrato al óleo en monocromo .....           | 36 |
| Pinta tu cuenco .....                        | 36 |
| Introducción al canto moderno .....          | 37 |
| Taller al óleo “Natura Morta” .....          | 37 |
| Cómo comerse el escenario .....              | 37 |
| Paisaje de verano en acuarela .....          | 38 |
| Cerámica muñec@ Kolesi .....                 | 38 |
| Transferencia y serigrafía de imágenes ..... | 38 |
| Taller al óleo de pintura de paisaje .....   | 38 |
| Pintura textil en neceser .....              | 39 |
| Rompe el miedo y ven a tornear .....         | 39 |
| Cerámica de espejos .....                    | 39 |

## 12 LUNAS MUNDO ANIMAL

|                                               |    |
|-----------------------------------------------|----|
| Pinta tu cuadro entre gatitos .....           | 40 |
| Iniciación a la equitación .....              | 40 |
| Snorkel en el Acuario (+18) .....             | 40 |
| Visita al Acuario .....                       | 41 |
| Misterio entre gatitos .....                  | 41 |
| Taller de reptiles (+18) .....                | 41 |
| Crea tu propia libreta con gatitos.....       | 42 |
| Haz tu vela con gatitos .....                 | 42 |
| Crea tu mini jardín con gatitos.....          | 42 |
| Decora tu figura felina con gatitos .....     | 42 |
| Pinta tu tote bag con gatitos .....           | 43 |
| Bucea en el Acuario (+18) .....               | 43 |
| Descenso ornitológico por el Ebro (+18) ..... | 43 |
| Macramé con gatitos .....                     | 44 |

## GLOBALÍZATE

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| Hilos de África: pulseras con historia .....   | 45 |
| Taller de colorimetría y estilismo .....       | 45 |
| Taller de cocina intercultural (+18) .....     | 45 |
| Re-creando imágenes. Fotobordado .....         | 45 |
| Upcycling: reutilización textil .....          | 46 |
| Taller de velas en paz .....                   | 46 |
| Sabores de India: cocina y cultura (+18) ..... | 46 |
| Customización y reutilización de ropa .....    | 46 |
| Fabricación de jabón Aleppo y cosmética .....  | 47 |

## 12 LUNAS INTERGENERACIONAL

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| Cocina tradicional con nuestros mayores (+18) ..... | 48 |
|-----------------------------------------------------|----|

# INFORMACIÓN GENERAL

## REQUISITOS DE PARTICIPACIÓN

Para poder inscribirse en las actividades del programa 12 Lunas es necesario:

- Tener entre **14 y 30 años** cumplidos en la fecha de inscripción.
- Estar **empadronado/a en el municipio de Zaragoza** en el momento de formalizar la inscripción.
- Tener una **cuenta en la Plataforma de Gobierno Abierto del Ayuntamiento de Zaragoza**.
  - En dicha cuenta es necesario que: Los campos de nombre y apellidos, teléfono y correo electrónico habitual estén rellenos y actualizados para poder comunicar el resultado de la inscripción, sorteo, y posibles modificaciones (activación de reservas, cancelaciones,...)
  - Activar la opción “recibir correos” en la Plataforma de Gobierno Abierto.

## GRATUIDAD

Todas las actividades del programa 12 Lunas son **GRATUITAS**.

## Nº MÁXIMO DE INSCRIPCIONES POR EDICIÓN

El número máximo de solicitudes por edición es de 12 actividades, pudiendo variar según la aplicación del sistema de gamificación.

## DESARROLLO DE ACTIVIDAD

del **10 de abril al 28 de junio**.

## PLAZOS DE INSCRIPCIÓN Y SORTEO

- **Actividad de julio:** inscripción del **15 al 25 de junio**  
(sorteo viernes 26 de junio)
- **Actividad de agosto:** inscripción del **13 al 23 de julio**  
(sorteo viernes 24 de julio)
- **Actividad de septiembre:** inscripción del **17 al 27 de agosto**  
(sorteo viernes 28 de agosto)

## PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

Se realiza de forma telemática (on-line) a través de la Agenda Joven del Servicio de Juventud.

<https://www.zaragoza.es/sede/servicio/actividades/juvenil/>

Para **INSCRIBIRSE** en una actividad programada por 12 Lunas es necesario elegir la actividad deseada en la Agenda Joven, leer su información e inscribirse.

Tendrás que introducir el usuario y contraseña de la cuenta de la Plataforma de Gobierno Abierto del Ayuntamiento de Zaragoza.

En estos momentos tu situación es de “PREINSCRITO”, y NO ESTÁS TODAVÍA INSCRITO/A.

Si en la actividad hay suficientes plazas para todos los solicitantes, el estado pasará a “INSCRITO”. Si hay más solicitantes que plazas, se procederá a adjudicarlas por sorteo, y el estado de “PREINSCRITO” cambiará a “INSCRITO” o “RESERVA”.

## SORTEO Y RESERVAS

Los sorteos se realizarán por medios telemáticos. Se obtendrá un número aleatorio entre el número total de solicitudes realizadas en cada actividad, a partir del cual se adjudicarán en orden consecutivo dichas plazas hasta completar aforo, pasando a ser el siguiente y sucesivos “RESERVAS”.

Los inscritos y reservas recibirán un correo de confirmación de dicho estado. En caso de anulación de un inscrito, los reservas pasarán de “RESERVAS” a “INSCRITOS” recibiendo un correo de confirmación.

**TICKET VIRTUAL:** Para poder acceder a la actividad los participantes recibirán en su correo, 24h antes de las 00:00 horas del día de realización de la actividad, un ticket virtual, cuyo código QR será leído en el acceso para confirmar su asistencia. El ticket virtual es NOMINAL e INTRANSFERIBLE. Deberán presentarse también en la actividad con su documento de identidad (DNI, NIE o pasaporte).

## SISTEMA DE GAMIFICACIÓN

El programa 12 lunas consta de tres ediciones (primavera, verano y otoño). El límite máximo de solicitudes por edición es de **12 actividades**, pudiendo variar según la aplicación del sistema de gamificación.

Cada actividad a la que no se asista, sin su anulación previa dentro de los plazos establecidos, generará la pérdida de **6 actividades** en la siguiente edición.

La asistencia a todas las actividades a las que se haya inscrito dará derecho a solicitar / preinscribirse a un máximo de **12 actividades** en la siguiente edición de 12 Lunas. El derecho de inscripción no supone la obtención directa de plaza, estando sujeta al número de solicitantes y, en su caso, al resultado del sorteo.

Si una actividad es cancelada por el Programa 12 Lunas, no computará como solicitada, no teniendo efectos en el sistema de gamificación.

## ANULACIÓN DE PLAZA

La anulación podrá realizarse por el usuario en el enlace de anulación desde la ficha de la actividad correspondiente en la Agenda Joven y/o desde la cuenta del usuario en la Plataforma de Gobierno Abierto del Ayuntamiento de Zaragoza (ver video en web 12 lunas).

Una vez transcurrido el plazo de anulación sin penalización, ya no aparece dicho enlace, y no se puede anular.

Los plazos para anular la asistencia SIN EFECTOS EN EL SISTEMA DE GAMIFICACIÓN son:

- Los inscritos con plaza tras el sorteo disponen de hasta **72 horas antes de las 00:00 horas del día de la actividad para anular su asistencia, y poder ofrecer esta plaza al “reserva” correspondiente.**
- Los reservas que pasen a inscritos disponen de hasta **24 horas antes de las 00:00 horas del día de realización de la actividad para anular la asistencia.**
- Superado el umbral de 24 horas antes de la 00:00 horas del día de realización de la actividad NO es posible la anulación sin efectos en la gamificación, computando en dicho sistema.

## ACCESO A LA ACTIVIDAD

- Es imprescindible presentar el ticket virtual para poder acceder a la actividad, junto con el documento de identidad (DNI, NIE o Pasaporte)
- El ticket virtual es **NOMINAL e INTRANSFERIBLE.**
- En todas las actividades es necesario estar **10 minutos** antes del inicio de la actividad en la ubicación señalada.
- Las personas participantes se comprometen al cumplimiento de las normas generales de convivencia y respeto.

## PROTECCIÓN DE DATOS

- Las personas solicitantes autorizan al Servicio de Juventud del Ayuntamiento de Zaragoza el tratamiento informático de sus datos.
- Durante la realización de las actividades, el personal del Servicio de Juventud podrá realizar grabaciones o tomar fotografías para su posterior difusión a través de canales internos o externos, incluido internet, con fines de comunicación. La participación en las mismas conlleva el consentimiento al tratamiento que se efectúe de su imagen.
- El Servicio de Juventud del Ayuntamiento de Zaragoza facilitará a las entidades que presten las actividades los datos que sean exclusivamente necesarios para la realización de las mismas. Las entidades sólo utilizarán estos datos para la gestión y desarrollo de la actividad.

## NOTAS

- El programa 12 Lunas, del Servicio de Juventud del Ayuntamiento de Zaragoza, se reserva el derecho a modificar o cancelar las actividades en el caso de no existir un número mínimo de participantes en las actividades, o por causas ajenas que impidan su realización.
- Las personas desde que se inscriben en las actividades del Programa 12 Lunas aceptan las siguientes normas generales, y el procedimiento de inscripción.

# 12 LUNAS ESTRELLA

Es una sección, cuyas actividades tienen un alto componente de estimulación para la juventud, por un lado por su exclusividad (no existen como tal en la oferta pública o privada de ocio actual en la ciudad y el número de plazas es reducido) y por otro por la posibilidad de conocer espacios, actividades y personalidades referentes en distintos ámbitos.

## ESCUELA CIUDADANA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS

Una experiencia inmersiva que combina talleres participativos, realidad virtual y simulaciones de incendios en interiores. Aprende a extinguir fuego real con extintores y adquiere las habilidades prácticas necesarias para actuar con seguridad ante cualquier situación de riesgo.

**FECHA:** miércoles 9 de septiembre

**HORARIO:** 10 a 13h.

**PLAZAS:** 12

**ESPACIO:** Museo del Fuego y de los bomberos. C/ Santiago Ramón y Cajal, 32. 50.004 Zaragoza.



# DEPORTE Y CRECIMIENTO PERSONAL

## INICIACIÓN AL BOXEO (+18)

Taller de iniciación a uno de los deportes de contacto más conocidos en el que aprenderemos movimientos básicos a través de ejercicios en el tatami y utilizando sacos de boxeo.

**FECHAS:**

viernes 10 de julio  
viernes 25 de septiembre

**HORARIO:** de 19,30 a 21h.

**PLAZAS:** 20

**ESPACIO:** EIAMM,  
C/Andrea Palladio, 12 (Parque Venecia).  
50.012 Zaragoza

## PAINTBALL

El paintball es un juego en el que se usan marcadoras para tirar bolas de pintura entre dos equipos enfrentados. Disfruta del Paintball con marcadoras de menos diámetro y bajo impacto, totalmente indoloras (marcadoras calibre 50 semiautomática).

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

**Sábado 11 de julio**  
de 12 a 14h.

**Domingo 30 de agosto**  
de 19 a 21h.

**Sábado 12 de septiembre**  
de 12 a 14h.

**PLAZAS:** 50 por sesión.

**ESPACIO:** Tierraventura (Parque Deportivo Ebro) Camino de Monzalbarba.  
50.011 Zaragoza

**LOCALIZACIÓN:** <https://maps.app.goo.gl/MfMY9VZCW3NYbf9s6> Líneas bus 602, 603 y CI2

## TIRO CON ARCO Y PISCINA

El tiro con arco es un deporte olímpico, una actividad de precisión. Su práctica requiere una gran capacidad de concentración, pero también una correcta preparación física. El acceso a la piscina es durante el horario de apertura del club, independientemente de la hora de la actividad.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes

viernes 11 de julio  
viernes 8 de agosto

**HORARIO:** de 17,30 a 19,30h.

**PLAZAS:** 10

**ESPACIO:** Club de Tiro de Zaragoza.  
C/ Fray Julián Garcés, 108. 50.007  
Zaragoza.

## INICIACIÓN A LA ESCALADA

Iníciate de forma segura en esta actividad sea cual sea tu edad y nivel. Aprenderás con técnicos especializados y podrás probar la escalada en boulder, en vías autoaseguradas y vías de cuerda, en instalaciones hasta de 12 metros de altura.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes:

domingo 12 de julio  
domingo 16 de agosto  
domingo 6 de septiembre

**HORARIO:** de 10,30 a 12,30h

**PLAZAS:** 20 plazas por sesión.

**ESPACIO:** Climbat Zaragoza. Torre Outlet. Carretera de Logroño km 6,5. 50.011 Zaragoza

## DESCENSO EN PIRAGUA POR EL EBRO (+18)

Actividad a bordo de piraguas dobles autovaciabiles en el tramo urbano del río Ebro a su paso por Zaragoza. Navegaremos entre la Playa de Juslibol y el Puerto Fluvial de Vadorrey. Equipamiento recomendado: ropa adecuada para mojarnos, ropa de cambio (incluido calzado) y protección solar (crema, gorra...) y un cordón para sujetar las gafas si necesitas llevarlas durante el descenso.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes:

sábado 18 de julio  
sábado 5 de septiembre

**HORARIO:** de 17 a 20 h.

**PLAZAS:** 20 plazas por sesión.

**ESPACIO:** Inicio en la Playa de Juslibol y finalización en el puerto fluvial de Vadorrey.

**LOCALIZACIÓN:** <https://maps.app.goo.gl/SCvhL9Syemzyw7BN6>

## TIRO OLÍMPICO CON AIRE COMPRIMIDO Y PISCINA (+18)

El tiro olímpico es un deporte que pone a prueba la precisión y concentración mediante el manejo de un arma de aire comprimido. El acceso a la piscina es durante el horario de apertura del club, independientemente de la hora de la actividad.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes

sábado 18 de julio  
sábado 22 de agosto

**HORARIO:** de 17,30 a 19,30 h.

**PLAZAS:** 10

**ESPACIO:** Club de Tiro de Zaragoza. C/ Fray Julián Garcés, 108. 50.007 Zaragoza

## CENA BAJO LA LUNA EN BICI (+18)

Sube a la bici y conoce los alrededores de Zaragoza... DE NOCHE. Un agradable paseo y cena a la luz de la luna por el Paseo del Canal Imperial en el sentido del agua hasta las Esclusas de Valdegurriana. Una pista ancha y cómoda que discurre entre los Pinares de Venecia. Imprescindible saber montar en bicicleta. De ser necesario, disponemos de bicis y cascos incluidos para la actividad. Solicitarlos previamente. Obligatorio el uso de luces. Se incluye una cena ligera.

**FECHA:** sábado 18 de julio

**PLAZAS:** 20

**HORARIO:** de 20 a 00,30h.

**ESPACIO:** La Cicería,  
C/ Gavín 6. 50.001 Zaragoza

## HOT YOGA (+18)

Yoga moderno que se practica a 40 grados y 40% de humedad durante 90 minutos. Gracias al calor con humedad, a la secuencia de posturas y la respiración, es un método de yoga muy eficaz para conseguir una excelente forma física, adquirir energía vital y calmar la mente. Se trabaja la fuerza, la flexibilidad y el equilibrio con posturas aptas para todos los niveles. El calor es un reto mental: mantener las posturas en estas condiciones, supone una meditación activa calmando el estrés, aumentando la concentración y claridad mental. En las instalaciones hay duchas, llevar ropa de recambio.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes:  
domingo 19 de julio  
domingo 23 de agosto  
domingo 20 de septiembre

**PLAZAS:** 20 plazas por sesión.

**ESPACIO:** C/ Tomás Pelayo, 30.  
50.009 Zaragoza

**HORARIO:** de 10,45 a 12,30h

## DESCUBRE EL PICKELBALL

¿Te apetece probar el deporte que está arrasando en Estados Unidos y cada vez más en Europa?

El pickleball combina lo mejor del tenis, pádel y bádminton en una versión dinámica, divertida y muy social. Se juega en una pista más pequeña, con reglas sencillas y partidos rápidos que enganchan desde el primer punto. No necesitas experiencia previa en deportes de raqueta. El aprendizaje es rápido desde el primer día. Además es un deporte inclusivo, en el que puede jugar todo el mundo.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes  
viernes 24 de julio  
viernes 7 de agosto  
viernes 4 de septiembre

**PLAZAS:** 28 plazas por sesión.

**ESPACIO:** C/ Jaime Ferrán, 38. 50.014  
Zaragoza

**HORARIO:** de 17,30 a 19h.

## PRÁCTICA DEPORTIVA: VUELA BAILANDO

Vuela bailando con WashingFlow® Workout es un programa de ejercicio físico y trabajo cardiovascular para experimentar enérgicos momentos de FLOW. A partir de diferentes ritmos y estilos de música como salsa, cumbia, bachata, reggaetón, reggae, pop y afro, entre otros, se desarrollan movimientos funcionales de fuerza, resistencia, agilidad y equilibrio, para después ejecutar intuitivos pasos de baile y coreografías. Se intercambian momentos de cardio intermitentes que nos exigen esfuerzo y superación continuos, ofreciendo una alternativa de ocio saludable, dinámica y motivadora.

**FECHA:** sábado 25 de julio

**PLAZAS:** 15 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 11 a 12h

**ESPACIO:** Estudio WashingFlow Workout.  
Avenida Cesáreo Alierta, 16. 50.008 Zaragoza

## PRACTICA DEPORTE CON HIP HOP

Hip hop con el método WashingFlow® Workout. Actividad dinámica diseñada para jóvenes, donde aprenden pasos característicos de la cultura del Hip Hop con sus diferentes estilos (R&B, Krumping, Breakdance). Fomenta la confianza, la identidad personal y la conexión con la música urbana. A través de coreografías, y técnicas de improvisación, los participantes desarrollan coordinación, resistencia física, autoestima y habilidades sociales, al tiempo que disfrutan de una alternativa de ocio saludable y motivadora.

**FECHA:** sábado 1 de agosto

**PLAZAS:** 15 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 11 a 12h

**ESPACIO:** Estudio WashingFlow Workout.  
Avenida Cesáreo Alierta, 16. 50.008 Zaragoza

## DESCENSO CREPUSCULAR POR EL EBRO (+18)

Actividad a bordo de piraguas dobles autovaciales en el tramo urbano del río Ebro a su paso por Zaragoza. Navegaremos entre la Playa de Juslibol y el Puerto Fluvial de Vadorrey. Equipamiento recomendado: ropa adecuada para mojarnos, ropa de cambio (incluido calzado) y protección solar (crema, gorra...) y un cordón para sujetar las gafas si necesitas llevarlas durante el descenso.

**FECHA:** sábado 15 de agosto

**PLAZAS:** 20

**HORARIO:** de 18,30 a 21,30 h.

**ESPACIO:** Inicio en la Playa de Juslibol y finalización en el puerto fluvial de Vadorrey.

**LOCALIZACIÓN:** <https://maps.app.goo.gl/SCvhL9Syemzyw7BN6>

## DEFENSA PERSONAL (+18)

Aprende diferentes técnicas encaminadas a que, ante un ataque, agarre o tipo de agresión, puedas de forma práctica neutralizar dicho ataque, escapar del agarre, y solventar la agresión.

**FECHA:** viernes 28 de agosto

**PLAZAS:** 20

**HORARIO:** de 19,30 a 21h.

**ESPACIO:** EIAMM, C/Andrea Palladio, 12  
(Parque Venecia). 50.012 Zaragoza

## PRACTICA DEPORTE CON STREET DANCE

Actividad de Street Dance con el método WashingFlow® Workout. para jóvenes, integra varios estilos urbanos (popping, break, locking, afro) y fomenta la improvisación y la colaboración. Se potencia la originalidad de cada participante, su estilo propio y la interacción con el grupo, promoviendo la cohesión y la socialización mientras se hace ejercicio de manera divertida.

**FECHA:** sábado 29 de agosto

**PLAZAS:** 15 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 11 a 12h

**ESPACIO:** Estudio WashingFlow Workout.  
Avenida Cesáreo Alierta, 16. 50.008 Zaragoza

## INICIACIÓN AL PADDLE SURF (+18)

Actividad de iniciación al paddle surf donde se comenzará con una formación básica sobre seguridad, equilibrio y manejo del remo, seguida de una ruta guiada por el río Ebro, o el Parque del Agua. Se incorporarán dinámicas de mindfulness y conexión con el entorno. No es necesario tener experiencia previa.

**Requisitos:** saber nadar y llevar ropa que se pueda mojar. Se recomienda llevar botella de agua fría, protección solar (crema), calzado y ropa aptos para mojarse, toalla, ropa de recambio y gorra o sombrero. En caso de usar gafas, llevar cordón de sujeción para evitar su pérdida en el agua.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

**PLAZAS:** 15 plazas por sesión.

**Domingo 30 de agosto**  
de 11 a 13h

**ESPACIO:** Punto de encuentro en parking  
Parque del Agua Luis Buñuel. Pº de los  
Puentes, 2. 50.018 Zaragoza

**Domingo 30 de agosto**  
de 16 a 18h

**LOCALIZACIÓN:** [https://maps.app.goo.gl/ap1pdYaTPpLuc8fG7?g\\_st=ipc](https://maps.app.goo.gl/ap1pdYaTPpLuc8fG7?g_st=ipc)

**Domingo 20 de septiembre**  
de 11 a 13h

## GYMKANA DEPORTIVA

Pruebas dinámicas en las que dos equipos competirán de forma divertida, desarrollando la coordinación, la comunicación y el trabajo en equipo.

**FECHA:** sábado 5 de septiembre

**PLAZAS:** 50

**HORARIO:** de 12 a 14h

**ESPACIO:** Tierraventura (Parque Deportivo Ebro)  
Camino de Monzalbarba. 50.011 Zaragoza

**LOCALIZACIÓN:** <https://maps.app.goo.gl/MfMY9VZCW3NYbf9s6> Líneas de bus 602, 603 y C12

## TIRO CON ARCO

Descubre el emocionante mundo del tiro con arco de la mano de expertos. El tiro con arco es un deporte olímpico, una actividad de precisión. Su práctica requiere una gran capacidad de concentración, pero también una correcta preparación física.

**FECHA:** sábado 12 de septiembre

**PLAZAS:** 10 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 17,30 a 19,30h.

**ESPACIO:** Club de Tiro de Zaragoza. C/ Fray Julián Garcés, 108. 50.007 Zaragoza

## DEFENSA PERSONAL APLICADA. (+18)

¿Te has preguntado alguna vez qué podrías hacer ante una situación incómoda, invasiva o de peligro físico?. En este taller aprenderás técnicas de defensa personal prácticas y fáciles de recordar para afrontar situaciones reales. Trabajaremos distancia, escapes de agarres, control de espacio personal y reacciones ante agresiones físicas básicas. Además, hablaremos de la parte legal: qué se puede hacer y qué no, cómo actuar tras un incidente y, sobre todo, cómo evitar en primer lugar el conflicto.

**FECHA:** sábado 12 de septiembre

**PLAZAS:** 18

**HORARIO:** de 18-20h.

**ESPACIO:** Escuela Gwong Zau Kung Fu. C/ Mariano Castillo nº 10  
(entrada por Avda. Almozara, 6) 50.003 Zaragoza

**LOCALIZACIÓN:** <https://share.google/7jyvSZ5YppyZPEQTu>

## ARTE EN BICICLETA. DIBUJOS LUMINOSOS. (+18)

Ruta nocturna en bicicleta. Descubre la magia de dibujar con la luz en la oscuridad. Si tienes cámara y trípode, puedes traerla. Imprescindible saber montar en bicicleta. De ser necesario, disponemos de bicis y cascos incluidos para la actividad. Solicitarlos previamente. Obligatorio el uso de luces para las salidas nocturnas.

**FECHA:** sábado 12 de septiembre

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 20 a 23h.

**ESPACIO:** La Ciclería, C/ Gavín 6. 50.001 Zaragoza

## TIRO OLÍMPICO CON AIRE COMPRIMIDO. (+18)

El Tiro Olímpico es un deporte que pone a prueba la precisión y concentración mediante el manejo de un arma de aire comprimido.

**FECHA:** sábado 19 de septiembre

**PLAZAS:** 10 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 17,30 a 19,30h.

**ESPACIO:** Club de Tiro de Zaragoza. C/ Fray Julián Garcés, 108. 50.007 Zaragoza

## PRACTICA DEPORTE CON BAILES MODERNOS

Bailes modernos con el método WashingFlow® Workout. Actividad de baile con música actual (pop, reggaeton, funky), centrada en movimientos fluidos y coreografías modernas. Favorece la expresión emocional, la creatividad y la conexión con la música que los jóvenes escuchan, promoviendo bienestar físico y diversión a través del baile. Esta actividad ofrece una alternativa de ocio saludable, dinámica y motivadora.

**FECHA:** sábado 26 de septiembre

**PLAZAS:** 15 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 11 a 12h

**ESPACIO:** Estudio WashingFlow Workout.  
Avenida Cesáreo Alierta, 16. 50.008 Zaragoza

## FUNDAMENTOS DEL KUNGFU (+18)

Ven a descubrir el arte del Kungfu tradicional a través de movimientos dinámicos, ejercicios físicos y técnicas inspiradas en los estilos del sur de China. Aprenderás a moverte con coordinación, fuerza y fluidez. Además, conocerás algunos de los movimientos clásicos del Kungfu Shaolin, su filosofía y métodos de entrenamiento. No hace falta experiencia previa: solo ganas de moverse, disfrutar y descubrir una disciplina tan completa como divertida.

**FECHA:** sábado 26 de septiembre

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18-20h.

**ESPACIO:** Escuela Gwong Zau Kung Fu. C/  
Mariano Castillo, 10 (entrada por Avda. Almozara, 6).  
50.003 Zaragoza

**LOCALIZACIÓN:** <https://share.google/7jyvSZ5YppyZPEQTu>



# 12 LUNAS DE IDA Y VUELTA

Esta edición está plagada de novedades. ¡**Estamos seguros de que os van a sorprender!**

## EXCURSIÓN A HECHO Y ANSÓ (+18)

¡Ven a conocer la magia de dos valles únicos con un itinerario cultural inigualable! Déjate cautivar por la visita guiada de Ansó y el Museo del Traje Ansotano, antes de adentrarte en la visita guiada de Hecho y su Museo Etnológico. Naturaleza, historia, arquitectura de piedra y tradiciones centenarias te esperan en esta excursión inolvidable.

El viaje incluye:

- Transporte de ida y vuelta desde Zaragoza
- Visita guiada de Ansó y Museo del Traje Ansotano
- Visita guiada de Hecho y Museo Etnológico
- Guía acompañante de Zafiro Tours
- Seguro de viaje

**FECHA:** sábado 25 de julio

**PLAZAS:** 50

**HORARIO:** Salida desde el Museo Pablo Serrano (Paseo María Agustín, 20) a las 8,30h. Llegada al mismo punto a las 20,30h. aproximadamente.

## EXCURSIÓN A HUESCA Y PLANETARIO (+18)

Disfruta de una visita guiada por Huesca para descubrir los secretos de la ciudad de los reyes y la mítica campana. Completa el día despegando hacia las estrellas en el Planetario de Aragón, una experiencia interactiva para todas las edades.

El viaje incluye:

- Autobús durante todo el recorrido
- Entrada y visita al Planetario de Huesca
- Visita guiada y monumental de Huesca
- Guía acompañante de Zafiro Tours
- Seguro de viaje

**FECHA:** sábado 8 de agosto

**PLAZAS:** 50

**HORARIO:** Salida desde el Museo Pablo Serrano (Paseo María Agustín, 20) a las 9,30h. Llegada al mismo punto a las 19,30h. aproximadamente.

## EXCURSIÓN A LACUNIACHA Y TIROLINA (+18)

Escapada perfecta y completa para recargar energía y vivir una aventura inolvidable. Disfruta en el espectacular Parque Faunístico Lacuniacha, donde observarás animales en semilibertad rodeado de un entorno natural único. El broche de oro lo pone la Tirolina de Hoz de Jaca, un emocionante vuelo sobre el pantano de Búbal que regala las mejores vistas del Valle de Tena.

El viaje incluye:

- Autocar para todo el recorrido
- Acompañante de Azul Marino Viajes
- Entrada al parque faunístico Lacuniacha
- Descenso en la tirolina de Hoz de Jaca.
- Seguro de viaje.

**FECHA:** sábado 22 de agosto

**PLAZAS:** 50

**HORARIO:** Salida desde el Museo Pablo Serrano (Paseo María Agustín, 20) a las 9h. Llegada al mismo punto a las 19,30h. aproximadamente.

## MADRID MUSICAL. LA FAMILIA ADDAMS (+18)

Disfruta del viaje en el día a Madrid con una cómoda visita panorámica en autocar y asiste al divertido musical de La Familia Addams, una comedia desternillante y llena de ritmo. Una escapada urbana perfecta para experimentar toda la magia y el ocio de Madrid.

El viaje incluye:

- Transporte de ida y vuelta desde Zaragoza
- Guía acompañante de Azul Marino Viajes
- Visita panorámica de Madrid en autocar
- Entradas para el musical La Familia Addams
- Seguro de viaje.

**FECHA:** viernes 25 de septiembre

**PLAZAS:** 50

**HORARIO:** Salida desde el Museo Pablo Serrano (Paseo María Agustín, 20) a las 10h. Llegada al mismo punto a las 23,50h. aproximadamente.



# CULTURA

## 12 LUNAS

### TEATRO. PIJAMA PARA SEIS

En el Teatro Principal “Pijama para seis”, el ejemplo perfecto de vodevil clásico: una comedia de enredos frenética donde el ritmo y las situaciones absurdas no dan tregua al espectador.

**FECHA:** domingo 12 de julio

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 19 a 20,30h

**ESPACIO:** Teatro Principal. C/ Coso, 57. 50.001 Zaragoza

### TEATRO. TEMPO. EL MAGO INVISIBLE

El Teatro Principal presenta TEMPO, la producción más ambiciosa de Dakris, conocido popularmente como “El Mago Invisible”. No es solo un espectáculo de trucos, sino un viaje conceptual que gira en torno a la percepción del tiempo y la realidad.

**FECHA:** domingo 19 de julio

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 19 a 20,30h.

**ESPACIO:** Teatro Principal. C/ Coso, 57. 50.001 Zaragoza

### AUDITORIO. 8º CERTAMEN POP ROCK 90S

Metal y hard rock de gran formato con WarCry y Pedro Botero. El festival promete una noche de “épica y electricidad” diseñada para revivir el espíritu de los directos de los 90 con una producción técnica de alto nivel.

**FECHA:** sábado 19 de septiembre

**PLAZAS:** 8

**HORARIO:** de 21 a 22,30h.

**ESPACIO:** Auditorio. C/ Eduardo Ibarra, 3.  
50.009 Zaragoza

### AUDITORIO. DJ SYMPHONIC LATINO

Espectáculo que fusiona la potencia de una orquesta sinfónica con la energía de un DJ para reinterpretar los grandes éxitos de la música latina.

**FECHA:** sábado 26 de septiembre

**PLAZAS:** 8

**HORARIO:** de 19,30 a 21h.

**ESPACIO:** Auditorio. C/ Eduardo Ibarra, 3. 50.009 Zaragoza

# GAMER 12 LUNAS

## LÁSER TAG

Cada partida láser en Zaragoza se convierte en una espectacular batalla por equipos en la que las emociones se suceden. La actividad se desarrolla en dos laberintos por los que los jugadores se mueven libremente, equipados con chalecos y pistolas láser. Los disparos acertados se cuantifican digitalmente en un ordenador central. La dinámica implica desactivar a los rivales y atacar las bases enemigas. Los puntos se van acumulando. Al terminar cada partida se proporcionan las estadísticas.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

**Viernes 10 de julio**  
de 19 a 20,30h

**Viernes 11 de septiembre**  
de 19,30 a 21h

**Viernes 28 de agosto**  
de 19 a 20,30h

**PLAZAS:** 26 plazas por sesión.

**ESPACIO:** Parque del Agua Luis Buñuel. Pl. Fluvi, local 4. 50.018 Zaragoza

## REALIDAD VIRTUAL (+18)

Ven, ponte las gafas, sumérgete y demuestra tu destreza en mundos imposibles y fantásticos.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

viernes 17 de julio  
viernes 7 de agosto  
viernes 18 de septiembre

**PLAZAS:** 5

**ESPACIO:** Room 360 SC. C/ Las Armas 68. 50.003, Zaragoza

**HORARIO:** de 17 a 18,30h.

## ARCADE LEVELS

Más de 169 juegos a tu disposición para que puedas disfrutar de las máquinas recreativas más antiguas y experimentar las arcades más modernas.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

domingo 26 de julio  
domingo 16 de agosto  
domingo 13 de septiembre

**PLAZAS:** 50 por sesión

**ESPACIO:** Arcade Levels. Carretera Valencia Km 7.8 Nave 72A. 50.410 Cuarte de Huerva (Zaragoza) Línea Bus 410 Zaragoza - Cuarte.

**HORARIO:** de 10 a 14h.

# DIVIÉRTETE 12 LUNAS

## ESCAPE ROOM. MENTAL EXPERIMENT

Os proponemos un experimento: ¿estáis todos cuerdos? ¿seréis capaces de demostrarlo? ¡Sanaos o quedaos! Nuestro sanatorio os da la posibilidad de curaos y salir sanos para siempre demostrando vuestro talento. Y solo quienes superen con éxito el divertido experimento que os hemos preparado, serán dados de alta y reconocidos por nuestro colectivo, el resto quedarán ingresados en nuestra clínica para siempre.

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

viernes 10 de julio

viernes 28 de agosto

viernes 18 de septiembre

**PLAZAS:** 6 plazas por sesión.

**ESPACIO:** Hollywood Escape. C/ Santa Catalina, 1. 50.001 Zaragoza

**HORARIO:** de 20 a 21,15h.

## ESCAPE ROOM 007

Escape Room 007 está creado especialmente para aquellas personas a las que les gustan las aventuras intrépidas, para las más valientes y atrevidas. En 75 minutos tendréis que superar diferentes pruebas y completar la misión. Formaréis parte de un astuto grupo de agentes especiales, y tendréis la oportunidad de acabar con Flicher, un peligroso personaje con la capacidad de destruir a la humanidad. Pero solo uno de vosotros lo conseguirá, siempre que utilice bien su ingenio y acabe con su plan.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes

viernes 10 de julio

viernes 18 de septiembre

**PLAZAS:** 12

**ESPACIO:** Hollywood Escape. C/ Santa Catalina, 1. 50.001 Zaragoza

**HORARIO:** de 20,15 a 21,30h.

## ESCAPE ROOM INDIANA'S ADVENTURE

En una de nuestras múltiples expediciones hemos encontrado un manuscrito perdido, solo los exploradores más intrépidos y preparados serán capaces de interpretarlo y adentrarse en un mundo desconocido para llegar a nuestro ansiado botín. Nos han llegado rumores de la existencia de un grupo de aventureros capaces de conseguirlo y deberán encontrar el tesoro. Cuidado, la noche se echa encima, ¡tendréis que daos prisa!

**FECHAS:** 3 sesiones independientes  
domingo 12 de julio  
domingo 30 de agosto  
domingo 20 de septiembre

**PLAZAS:** 7 plazas por sesión.

**ESPACIO:** Hollywood Escape.  
C/ Santa Catalina, 1. 50.001 Zaragoza.

**HORARIO:** de 10 a 11,15h.

## CITY ESCAPE. CIUDAD DE SOMBRAS

Recorre con tu equipo las calles del Casco Histórico de Zaragoza. Un gran secreto se oculta tras sus viejos muros. Pero el camino no será fácil, ya que los retos os irán poniendo a prueba en cada lugar. ¿Aceptáis la misión?

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

**Viernes 17 de julio**  
de 19 a 21h.

**Viernes 25 de septiembre**  
de 19 a 21h.

**Sábado 22 de agosto**  
de 10 a 12h.

**PLAZAS:** 10 plazas por sesión.

**ESPACIO:** Room 360.  
C/ Las Armas 68, local 2.  
50.003 Zaragoza

## STREET ESCAPE. LA BASE SECRETA

¡Únete a esta aventura por el Casco Antiguo de Zaragoza!. En esta ocasión competiréis por equipos y contra el tiempo en una misión para evitar un potencial ataque nuclear. Para ello deberéis interactuar con la propia ciudad y superar una serie de retos y enigmas dispuestos a través de una app, la cual os irá guiando hacia el objetivo final. La cuenta atrás ha comenzado, ¡no hay tiempo que perder!

**FECHA:** sábado 25 de julio

**PLAZAS:** 40

**HORARIO:** de 19 a 21h

**ESPACIO:** Room 360. C/ Las Armas 68, local 2.  
50.003 Zaragoza

## VUELO A0714 COMBATE

En el aeropuerto de vuestra ciudad, una maleta sospechosa se ha interceptado. No se sabe a quién pertenece ni lo que contiene. Todas las alarmas se han disparado y es que uno de los pasajeros del vuelo A-0714 oculta un peligro que pondrá en jaque el destino de la humanidad.

**FECHA:** domingo 26 de julio

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 12 a 13,15h

**ESPACIO:** Coco Room (Room Escape). Pº de los Rosales 24-26. 50.008 Zaragoza

## BATTLE ROOM. LA CAÍDA DE TROYA

El día ha llegado, mañana invadiremos Troya, pero solo quienes sean mejores soldados serán elegidos para infiltrarse en la ciudad. Enfrentate a las pruebas del ejército griego para convertirte en una leyenda. Gloria o muerte, ¿te atreves?

**FECHA:** domingo 9 de agosto

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 11,30 a 12,40h.

**ESPACIO:** Coco Room (Room Escape). C/ Antonio Cánovas, 27-29. 50.004 Zaragoza

## IMPERIO ROMANO (CAESARAUGUSTA)

Este juego de escape nos transportará a la época romana. Son tiempos difíciles y escasean los esclavos para participar en los espectáculos de gladiadores. En el mercado están ansiosos esperando esclavos como vosotros para que forméis parte de este entretenimiento. Vuestro futuro no parece muy halagüeño y solo el ingenio y el dominio de diversas disciplinas os permitirán escapar sanos y salvos de esta aventura.

**FECHA:** domingo 9 de agosto

**PLAZAS:** 6

**HORARIO:** de 11,30 a 12,40h.

**ESPACIO:** Coco Room (Room Escape). Paseo Echegaray, 148. 50.014 Zaragoza

## ESCAPE ROOM. EL HECHIZO

Sigue aumentando la magia con este Escape Room para los más fantasiosos. Hace siglos, el hechizo de la magia fue sellado en un mundo lleno de imposibles... Desde entonces, solo los magos más valientes han podido acercarse a su secreto. Hoy, ese mundo os necesita... Tenéis 75 minutos para recuperar el hechizo de la magia antes de que se pierda para siempre.

**FECHA:** viernes 28 de agosto

**PLAZAS:** 12 plazas por sesión.

**HORARIO:** de 20,15 a 21,30h.

**ESPACIO:** Hollywood Escape. C/ Santa Catalina, 1. 50.001 Zaragoza

## CLUEDO EN VIVO EN LA ALJAFERÍA: LA SOMBRA DEL CALIFATO

Cluedo histórico con recorrido por el parque de la Aljafería ambientado en la Zaragoza andalusí. Pruebas sobre historia, patrimonio, leyendas y cultura local.

**FECHA:** sábado 5 de septiembre

**PLAZAS:** 40

**HORARIO:** de 11 a 12,15h.

**ESPACIO:** Punto de Encuentro en C/ Diputados, 27. 50.003 Zaragoza. La actividad se llevará a cabo en Andador de Al-Muqtadir en Parque de la Aljafería.

**LOCALIZACIÓN:** <https://maps.app.goo.gl/cCjw7PwVb59wa3rp7>

## INICIACIÓN AL LINDY HOP (SWING)

A través de la música jazz haremos un viaje en el tiempo que conectará el pasado con el presente. Con la musicalidad como protagonista, trabajaremos un lenguaje corporal que nos permitirá comunicarnos con cualquier pareja de baile para improvisar, sentir el ritmo, disfrutar y reírnos mucho. Las parejas de baile las formaremos sobre la marcha al inicio del taller. Durante la sesión, quien quiera, podrá ir cambiando de pareja para bailar todxs con todxs. Esa es la parte social y más bonita de la magia de estos bailes swing, que todxs disfrutamos con todxs.

**FECHA:** viernes 11 de septiembre

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 17,30 a 19,30h.

**ESPACIO:** C/ Espino, 2 (entrada por C/ Zarza, 4). 50.001 Zaragoza

## ROOM SCORE LACASITOS

¡Os necesitamos! Un grave problema en la fábrica ha hecho que los Lacasitos empiecen a salir sin color. Para solucionarlo fueron creadas dos máquinas exactamente iguales pero nadie sabe como usarlas. Por ello necesitamos personas brillantes y valientes que se atrevan a enfrentarse al desafío. Si no conseguimos arreglar el problema nos veremos condenados a comer Lacasitos sin color ¡para siempre!

**FECHA:** domingo 13 de septiembre

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 11,30 a 12,30h.

**ESPACIO:** Coco Room (Room Escape). Pº de los Rosales 24-26. 50.008 Zaragoza

## BATTLE ROOM ¡TU RADIO NO SUENA!

¿Alguna vez has soñado con participar en un concurso de la tele? ¡No dejes pasar esta oportunidad y enfréntate a nuestra radio! Dos juegos en uno: responde preguntas a toda velocidad para ganar a tus compañeros y luego sintoniza la radio y resuelve una serie de alocadas y divertidas pruebas. ¿Podrás vencer a la radio y a tus compañeros?

**FECHA:** domingo 13 de septiembre

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 11,45 a 13h.

**ESPACIO:** Coco Room (Room Escape). C/ Antonio Cánovas, 27-29. 50.004 Zaragoza.

## INICIACIÓN AL SWING SOLO (INDIVIDUAL)

En este taller de baile individual haremos una coreografía divertida y muy resultona. Serán movimientos populares y sencillos fáciles de coordinar. Nos dejaremos llevar por la música que hará que vibren hasta nuestras pestañas.

**FECHA:** viernes 18 de septiembre

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 17,30 a 19,30h.

**ESPACIO:** C/ Espino, 2 (entrada por C/ Zarza, 4) 50.001 Zaragoza.

# CONDIMENTANDO EL PLANETA

## COCINA JAPONESA CALLEJERA (+18)

Disfrutar de los sabores de la cocina japonesa callejera a través de las explicaciones de un chef privado

- Okonomiyaki con katsuobushi (*tortilla japonesa rellena con copos de atún*)
- Brocheta de pollo y setas shiitake con salsa yakitori
- Yakisoba de pato con verduritas y salsa teriyaki
- Pancakes suflados con crema de té matcha

**FECHA:** sábado 11 de julio

**PLAZAS:** 14

**HORARIO:** de 20 a 22,30h.

**ESPACIO:** La Zarola. C/ San Miguel, 35.  
50.001 Zaragoza

## COCINA VEGETARIANA (+18)

¿Te gustaría sorprender con un menú como éste?

- Falafel en pan de pita
- Ceviche de alubias
- Garbanzos crujientes con yogur especiado y huevo a la plancha
- Cookies de lentejas con helado de vainilla.

**FECHA:** viernes 24 de julio

**PLAZAS:** 11

**HORARIO:** de 20 a 22,30h.

**ESPACIO:** Escuela de Sabor. C/ Prudencio,  
36. 50.003 Zaragoza

## TALLER DE HELADOS ARTESANOS (+18)

Elaboración de helados artesanos y sus variedades. En este taller aprenderás: a elaborar un helado artesano, diferentes tipos de decoraciones y presentaciones y cata de helados realizados. No necesitas experiencia previa, solo ganas de crear y aprender.

**FECHAS:**

**PLAZAS:** 10

**Viernes 31 de julio**  
de 18 a 20h

**ESPACIO:** Escuela de Pastelería Ripa. C/ Camino  
del Vado 24, local Izq. 50.014 Zaragoza

**Sábado 29 de agosto**  
de 10,30 a 13h

## ELABORACIÓN DE TAPAS Y PINTXOS (+18)

Introducción al mundo de la cocina en miniatura. Se elaborarán 5 pintxos/tapas clásicas y aragonesas. Se cuidarán la presentación y originalidad de las preparaciones. A todos los asistentes se les hará entrega de un recetario de las tapas realizadas. Los participantes podrán tomar agua, refrescos o zumos para poder maridar las tapas y pintxos realizados.

**FECHA:** sábado 1 de agosto

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 17 a 20h

**ESPACIO:** Triclinio. C/ de la Rosa, 16. 50.011  
Zaragoza

## TALLER DE BLOOMING CAKES & BUBBLES (+18)

Arte floral comestible y burbujas, la experiencia dulce que mereces. ¿Te imaginas diseñar y decorar tu propia tarta creativa mientras disfrutas de maridaje con un Sparkling Tea (té espumoso) o unos Mocktails Cítricos y Refrescantes? En este taller aprenderás: técnicas de decoración en pastelería creativa, y teoría del color para que tu tarta sea una obra de arte. No necesitas experiencia previa, solo ganas de crear y brindar.

**FECHA:** sábado 8 de agosto

**PLAZAS:** 10

**HORARIO:** de 10,30 a 12,30h.

**ESPACIO:** Escuela de Pastelería Ripa. C/  
Camino del Vado 24, local Izq. 50.014 Zaragoza

## JAPANESE KITCHEN (+18)

Keiko's Japanese kitchen acerca la cultura japonesa a través de este taller donde se elaboraran cuatro de las preparaciones más emblemáticas del sushi: hosomaki, uramaki, futomaki y nigiri. La experiencia culinaria incluye explicaciones históricas, degustación con bebidas, la reconfortante sopa de miso tradicional y como broche final, cada participante descubrirá el alfabeto katakana y aprenderá a escribir su propio nombre en japonés.

**FECHAS:**

domingo 23 de agosto

domingo 20 de septiembre

**PLAZAS:** 10

**ESPACIO:** Espacio Kiwiki en C/ de Sta. Teresa de  
Jesús 6. 50.006 Zaragoza.

**HORARIO:** de 12,30 a 15h.

## COCINA MEXICANA (+18)

Aprenderemos a elaborar cocina mexicana de la mano de un chef privado

- Totopos con dúo de salsas: guacamole y pico de gallo
- Tostadas de tinga de pollo y crema agria
- Tacos de cochinita pibil con cebolla encurtida
- Tarta 3 leches

**FECHA:** sábado 19 de septiembre

**PLAZAS:** 14

**HORARIO:** de 20 a 22,30h.

**ESPACIO:** La Zarola. C/ San Miguel, 35.  
50.001 Zaragoza



# LA LIGA DE LA N-NBA

## “NOSOTROS NO BEBEMOS ALCOHOL”

### COCTELERÍA NO-LO (+18)

Introducción al mundo de la coctelería, el conocimiento de las bebidas no alcohólicas, las herramientas de trabajo, así como el manejo de la coctelera y el vaso mezclador. Se realizarán cócteles sin alcohol, mojitos de sabores, smoothies frutales y cócteles con base de café y té. A todas las personas asistentes se les hará entrega de un dossier del curso y un recetario de coctelería.

**FECHA:** sábado 25 de julio

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** Triclinio. C/ de la Rosa, 16.  
50.011 Zaragoza

### KOMBUCHA, LA BEBIDA DE LOS SAMURAI (+18)

El kombucha podría parecer únicamente la bebida de moda entre las estrellas de Hollywood más jóvenes, pero lo cierto es que tiene varios miles de años. Era la bebida elegida por los samuráis antes de entrar en batalla. ¿Por qué? Eso y cómo prepararla es lo que aprenderás en el taller. Volverás a tu casa con la bebida y con todo lo necesario para prepararla.

**FECHA:** domingo 26 de julio

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 12 a 14h.

**ESPACIO:** C/ Pedro María Ric, 11  
(La Tartería) 50.008 Zaragoza

### GINGER BUG, TU PROPIA BEBIDA CON GAS (+18)

El Ginger bug es uno de los secretos mejor guardados de las bebidas saludables. Les servirá como base para preparar las bebidas sin alcohol, pero sí con probióticos, más deliciosas. Te enseñaremos a preparar este ginger bug y varias bebidas basadas en él, con tus frutas favoritas.

**FECHA:** domingo 23 de agosto

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 12 a 14h.

**ESPACIO:** C/ Pedro María Ric, 11  
(La Tartería) 50.008 Zaragoza

## TEPACHE, TU BEBIDA FERMENTADA (+18)

El tepache es una de las bebidas fermentadas más refrescantes que existen, El ingrediente principal es la peladura de la piña y encaja perfectamente con la cocina de desperdicio cero. Un clásico centroamericano que merece mucho más protagonismo.

**FECHA:** domingo 6 de septiembre

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 12 a 14h.

**ESPACIO:** C/ Pedro María Ric, 11  
(La Tartería) 50.008 Zaragoza

## COCTELERÍA SALUDABLE (+18)

Curso práctico y participativo que introduce en el mundo de la coctelería, el conocimiento de las bebidas no alcohólicas, las herramientas de trabajo, así como al manejo de la coctelera y el vaso mezclador. Se realizarán cócteles sin alcohol empleando zumos naturales, batidos, siropes caseros y frutas naturales. Cada participante podrá realizar los cócteles con producto real.

**FECHA:** sábado 25 de septiembre

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** Triclinio. C/ de la Rosa, 16.  
50.011 Zaragoza



# ¡SUELTA EL MÓVIL!

## GENERACIÓN “GHOSTING”

Mucha comunicación, poca conexión. Descubre cómo el ghosting, cada vez más presente en redes sociales y relaciones actuales, puede afectar a la seguridad, la autoestima y la forma en la que nos relacionamos con los demás. Dinámicas para ganar impacto personal, sentirte más visible, fortalecer tu seguridad y comunicarte con más confianza.

**FECHA:** viernes 31 de julio

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 17 a 19,30h.

**ESPACIO:** Librería Pantera Rossa.

C/ San Vicente de Paúl, 28, local. 50.001 Zaragoza

## LA VIDA EN MODO “SCROLL”

Todo el mundo mirando. Nadie parando. ¿Y si estamos mirando tantas pantallas que nos estamos perdiendo demasiadas cosas de nosotros mismos y de los demás? Descubre cómo volver a sentirte más presente, más conectado y más tú a través de dinámicas, juegos y experiencias reales lejos del modo automático de las redes sociales.

**FECHA:** viernes 21 de agosto

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 17 a 19,30h.

**ESPACIO:** Librería Pantera Rossa.

C/ San Vicente de Paúl, 28, local. 50.001 Zaragoza

## CÓMO CAER BIEN SIN DAR CRINGE

***Deja de aparentar y empieza a conectar.*** Aprende a sentirte más cómodo contigo mismo, a transmitir más seguridad cuando llegas a un grupo y a dejar de vivir pendiente del miedo, al ridículo, al rechazo o al “qué pensarán”. Un taller para entender por qué a veces intentamos encajar tanto que acabamos sintiéndonos más inseguros, más forzados y menos nosotros mismos.

**FECHA:** viernes 4 de septiembre

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 17 a 19,30h.

**ESPACIO:** Librería Pantera Rossa.

C/ San Vicente de Paúl, 28, local. 50.001 Zaragoza

## CARTOGRAFÍA DE TU IDENTIDAD LUNAR

Este taller ofrece una original fusión entre el autoconocimiento astral y la expresión artística. A través del análisis de la Luna en la carta natal de cada participante, se exploran las emociones y el autocuidado para canalizar la energía de la luna nueva como motor creativo. Mediante diversas técnicas de ilustración, los alumnos plasman sus intenciones en una obra única y personalizada. Una propuesta inspiradora que concluye con un ritual colectivo ideal para conectar con el arte y la espiritualidad.

**FECHA:** viernes 11 de septiembre

**PLAZAS:** 20

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** La Galería, espacio de arte.  
C/ del Pino, 1. 50.003 Zaragoza

## ULUBURUN, UN NAUFRAGIO EN TU PISCINA

Actividad lúdica de divulgación científica en torno a la arqueología subacuática. Una réplica de los restos del barco hundido más antiguo encontrado en el Mediterráneo, en torno al 1300 a. C. Podréis sumergiros y rescatar piezas arqueológicas del pecio Uluburun. Equipamiento necesario: bañador, gafas de bucear, chanclas y gorro.

**FECHAS:** 2 sesiones independiente

**PLAZAS:** 18

**Sábado 26 de septiembre**  
de 13,30 a 15,15 h.

**Sábado 26 de septiembre**  
de 16 a 17,45 h.

**ESPACIO:** Piscina climatizada Ángel  
Santamaría (junto al colegio Liceo Europa)  
Calle Fuente de la Junquera, 21. 50.019  
Zaragoza

## ORIENTACIÓN TRADICIONAL CON PLANO Y BRÚJULA (+18)

Saber orientarse con plano y brújula salva vidas, así lo revelan las unidades de rescate de montaña. Los medios electrónicos fallan, se pierden y se quedan sin batería, los instrumentos tradicionales, no. Desde el siglo XII, exploradores, navegantes y montañeros se han movido por el terreno con estas dos herramientas. En esta sesión aprenderás a usarlas con soltura, tanto para preparar una ruta en casa y dónde descargar los planos como para aplicarla sobre el terreno. La parte práctica se realiza en una zona de terreno abierto a pocos minutos andando desde La Cartuja.

**FECHA:** domingo 27 de septiembre

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 9 a 14h.

**ESPACIO:** Punto de encuentro en C/ Catorce de  
Septiembre, 29 (Parada final línea 25) La Cartuja  
Baja. 50.720 Zaragoza.

**GEOLOCALIZACIÓN:** 41.6044812, -0.8234483

# DISFRUTA DEL ARTE

## PINTURA TEXTIL EN BOLSA DE PLAYA

Personaliza tu propia Summer Bag de gran formato. Mucho más que una tote convencional: un modelo XL con capacidad extra y tejido resistente, ideal para llevar todos tus imprescindibles de vacaciones. Los materiales están incluidos.

**FECHA:** viernes 10 de julio

**PLAZAS:** 15 plazas

**HORARIO:** de 17 a 19h.

**ESPACIO:** Espacio Abierto de la Azucarera.  
C/ Mas de las Matas 20. 50.014 Zaragoza

## RETRATO AL ÓLEO EN MONOCROMO

En este taller vamos a enfrentarnos a la elaboración de una pintura de retrato sólo pensando en el esquema de luz. La sesión acercará al grupo al conocimiento sobre cómo desarrollar una obra de retrato al óleo con profundidad y sensación de volumen. No hace falta tener conocimientos previos.

**FECHA:** viernes 17 de julio

**PLAZAS:** 7

**HORARIO:** de 16 a 19h.

**ESPACIO:** Estudio de Isabel Garmon.  
C/ Cadena 9, 50.001 Zaragoza

## PINTA TU CUENCO

Realizaremos un taller decorativo sobre cuenco bizcochado (1ª cocción) partiendo de decoración libre con engobes. Incluye materiales y 2ª cocción más esmalte.

**FECHA:** sábado 18 de julio

**PLAZAS:** 18

**HORARIO:** de 11 a 13h.

**ESPACIO:** TERRACOTA CRAFT STUDIO  
C/ San Lázaro 18. 50.014 Zaragoza

## INTRODUCCIÓN AL CANTO MODERNO

Un curso en el que hacer una toma de contacto con el maravilloso mundo de la voz. Desde la respiración hasta la expresión corporal, pasando por maneras de modular nuestra voz para conseguir nuestros objetivos. La voz como instrumento y como expresión de emociones.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes:  
viernes 24 de julio  
viernes 11 de septiembre

**PLAZAS:** 10 plazas por sesión

**ESPACIO:** El Tunel.  
C/ María del Carmen Soldevila, 7.  
50.011 Zaragoza

**HORARIO:** de 17 a 20h.

## TALLER AL ÓLEO “NATURA MORTA”

En este taller realizaremos una pintura de composición con varios elementos, a través de los cuales se trabajarán los conceptos de perspectiva, forma y luz. Para el pintor experimentado estas son prácticas esenciales, mientras que para el aprendiz es una forma excelente de introducirse en el mundo de la pintura.

**FECHA:** viernes 7 de agosto

**PLAZAS:** 7

**HORARIO:** de 16 a 19 h.

**ESPACIO:** Estudio de Isabel Garmon.  
C/ Cadena 9. 50.001 Zaragoza

## CÓMO COMERSE EL ESCENARIO

En este taller aprenderás a comerte el escenario cantando, por lo que exploraremos la presencia escénica, expresión corporal, comunicación con el público, disfrutando en el escenario y dejando al respetable con la boca abierta. ¡Aplausos garantizados, de aquí a la fama!

**FECHA:** viernes 14 de agosto

**PLAZAS:** 10

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** El Túnel.  
C/ María del Carmen Soldevila, 7. 50.011 Zaragoza.

## PAISAJE DE VERANO EN ACUARELA

Aprende desde cero a conectar con la acuarela y crear un paisaje luminoso de verano, perfecto para iniciarte o relajarte si ya tienes experiencia. Los materiales están incluidos.

**FECHA:** viernes 21 de agosto

**PLAZAS:** 12 plazas

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** Espacio Abierto de la Azucarera.  
C/ Mas de las Matas 20. 50.014 Zaragoza

## CERÁMICA MUÑEC@ KOLESÍ

Realización de un muñeco/a de la suerte Koleshi a través de la técnica de modelado. Forma y decoración libre. Incluye materiales cerámicos y cocciones.

**FECHA:** domingo 23 de agosto

**PLAZAS:** 18

**HORARIO:** de 17,30 a 20,30h.

**ESPACIO:** TERRACOTA CRAFT STUDIO.  
C/ San Lázaro 18. Zaragoza 50.014

## TRANSFERENCIA Y SERIGRAFÍA DE IMÁGENES

Aprende diferentes técnicas de transferencia de imágenes y serigrafía sobre cerámica. Crea tus propios jarrones, platos o tazas modelados a mano empleando texturas y recursos naturales.

**FECHA:** viernes 28 de agosto

**PLAZAS:** 24

**HORARIO:** de 18 a 20,30h.

**ESPACIO:** La Benditera. C/ Cantín y  
Gamboa, 17-19, local. 50.002 Zaragoza

## TALLER AL ÓLEO DE PINTURA DE PAISAJE

Aprende a abordar el paisaje de forma cómoda, sencilla y sin complicaciones técnicas. Descubre el poder de una paleta de colores reducida para dominar la mezcla de tonos y crear tu propia obra.

**FECHA:** viernes 4 de septiembre

**PLAZAS:** 7

**HORARIO:** de 16 a 19h.

**ESPACIO:** Estudio de Isabel Garmon.  
C/ Cadena 9. 50.001 Zaragoza

## PINTURA TEXTIL EN NECESER

Un taller relajante para despertar la creatividad. Cada participante elige o diseña un motivo y lo pinta en su propio neceser usando pintura especial para tela. Ideal para desconectar del estrés diario, disfrutar del proceso artístico y llevarse a casa un neceser personalizado. Los materiales están incluidos.

**FECHA:** viernes 18 de septiembre

**PLAZAS:** 15 plazas

**HORARIO:** de 17 a 19h.

**ESPACIO:** Espacio Abierto de la Azucarera.  
C/ Mas de las Matas 20. 50.014 Zaragoza

## ROMPE EL MIEDO Y VEN A TORNEAR

Taller especial de torno. Una experiencia única y muy beneficiosa donde se une el tacto con la concentración, una práctica muy sensorial. Los materiales están incluidos.

**FECHA:** sábado 19 de septiembre

**PLAZAS:** 24

**HORARIO:** de 11 a 14h.

**ESPACIO:** La Benditera. C/ Cantón y  
Gamboa, 17-19, local. 50.002 Zaragoza

## CERÁMICA DE ESPEJOS

Disfruta trabajando con arcilla para realizar piezas cerámicas utilitarias, como la realización de un espejo con la técnica de planchas.

**FECHA:** sábado 19 de septiembre

**PLAZAS:** 18

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** Terracota Craft Studio  
C/ San Lázaro 18. 50.014 Zaragoza



# 12 LUNAS

## MUNDO ANIMAL

### PINTA TU CUADRO ENTRE GATITOS

Cada participante podrá pintar y personalizar su propio cuadro en lienzo utilizando diferentes técnicas sencillas y materiales creativos. No es necesario tener experiencia previa, ya que el objetivo es disfrutar de una actividad relajada y artística rodeados de gatos, fomentando la creatividad y la desconexión en un entorno seguro y solidario.

**FECHA:** domingo 12 de julio

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

### INICIACIÓN A LA EQUITACIÓN

Establece un primer vínculo con el caballo y disfruta de una jornada de clase de equitación y paseo además de aprender manejo y cuidados básicos. Requisito indispensable: llevar pantalones largos.

**FECHAS:** 2 sesiones independientes

**PLAZAS:** 20

**Viernes 17 de julio**  
de 19 a 21h

**ESPACIO:** Zaragoza Hípica. Camino de la Noria, 211. Venta del Olivar. 50.011 Zaragoza

**Sábado 12 de septiembre**  
de 18 a 20h

### SNORKEL EN EL ACUARIO

Experiencia totalmente inmersiva en el Acuario de Zaragoza, para conocer de una manera diferente la biodiversidad que se encuentra en el medio fluvial a través de diferentes especies que viven en el tanque "Río Mundo" del Acuario de Zaragoza. Arapaimas de 3 m de longitud, pacús de 50 kg, tiburones de Paroon de 150 cm de longitud... todo de una manera amena y divertida. La actividad de snorkel tiene una duración de unos 25 minutos, pero la duración total será de 10 a 15 h, ya que hay que hacer el briefing y la visita al acuario. Hay que llevar toalla, bañador y chanclas.

**FECHA:** domingo 19 de julio

**PLAZAS:** 6

**HORARIO:** de 10 a 15h.

**ESPACIO:** Acuario Zaragoza. Avenida José Atarés s/n (Recinto EXPO). 50.018 Zaragoza

## VISITA EL ACUARIO

Conoce las especies más representativas del medio fluvial de los 5 continentes: África (Río Nilo), Asia (Río Mekong), América (Río Amazonas), Oceanía (Sistema Fluvial Murray/Darling) y Europa (Río Ebro).

**FECHAS:** 3 sesiones independientes

domingo 19 de julio

domingo 2 de agosto

domingo 20 de septiembre

**PLAZAS:** 20

**ESPACIO:** Acuario Zaragoza. Avenida José Atarés s/n (Recinto EXPO). 50.018 Zaragoza

**HORARIO:** de 10 a 19h.

## MISTERIO ENTRE GATITOS

Los participantes formarán parte de una experiencia inmersiva de misterio y juego de roles ambientada en diferentes temáticas. Cada persona recibirá un personaje, una misión y pistas que deberá resolver interactuando con el resto del grupo mientras disfruta del entorno felino del Espazio.

**FECHA:** domingo 26 de julio

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

## TALLER DE REPTILES (+18)

Conoce los grupos más importantes de reptiles, curiosidades, grado de conservación a través de muestras biológicas y de los propios protagonistas. El taller tiene una duración de 30 minutos, después la visita al acuario es libre.

**FECHA:** domingo 2 de agosto

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 11:30 a 14h.

**ESPACIO:** Acuario Zaragoza. Avenida José Atarés s/n (Recinto EXPO). 50.018 Zaragoza

## CREA TU PROPIA LIBRETA CON GATITOS

Personalizarás tu propia libreta desde cero utilizando collage, plantillas, sellos y elementos decorativos. Podrás diseñar portada y contraportada a tu estilo, creando una pieza única para usar como diario, agenda creativa o cuaderno personal. Todo ello en un ambiente tranquilo, rodeada/o de nuestros gatitos y compartiendo una experiencia creativa y solidaria.

**FECHA:** domingo 2 de agosto

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

## HAZ TU VELA CON GATITOS

Crearás una vela artesanal desde cero, con aromas suaves entre nuestros queridos mininos. Ideal como regalo o para disfrutar en casa.

**FECHA:** domingo 16 de agosto

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

## CREA TU MINI JARDÍN CON GATITOS

Plantarás tu propio mini jardín con plantas aptas para gatos, como hierba gatera u otras variedades seguras. Una actividad relajante, natural y sensorial, perfecta para desconectar mientras disfrutas de la compañía felina en un entorno seguro y controlado.

**FECHA:** domingo 23 de agosto

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

## DECORA TU FIGURA FELINA CON GATITOS

Pintarás y decorarás una figura de temática felina con pintura acrílica y diferentes técnicas sencillas. No es necesario tener experiencia previa. Es una actividad artística pensada para disfrutar sin prisas, potenciar la creatividad y vivir una experiencia especial entre gatos.

**FECHA:** domingo 30 de agosto

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

## PINTA TU TOTE BAG CON GATITOS

Diseñarás y pintarás tu propia totebag entre gatitos. ¡Déjate llevar por tu creatividad y llévate una bolsa única y hecha por ti.

**FECHA:** domingo 13 de septiembre

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza

## BUCEA EN EL ACUARIO (+18 )

Experiencia de inmersión en el acuario para conocer las especies más representativas del medio fluvial en el tanque “Río Mundo” del Acuario de Zaragoza, rodeados de espectaculares ejemplares, pacús (falsas pirañas) y 21 especies diferentes de peces. La actividad de buceo tiene una duración de unos 30-45 minutos (la inmersión), pero la duración total será de 10 a 15 h, ya que hay que hacer el briefing y la visita al acuario. Se realizarán 6 bautismos en 3 horarios: a las 10, 11,30 y 13h. En cada horario participan 2 personas.

**OBSERVACIONES:** Para poder realizar esta actividad es obligatorio no tener patologías auditivas y traer chanclas, bañador y toalla.

**FECHA:** domingo 20 de septiembre

**PLAZAS:** 6 plazas

**HORARIO:** de 10 a 15h.

**ESPACIO:** Acuario Zaragoza. Avenida José Atarés s/n (Recinto EXPO). 50.018 Zaragoza

## DESCENSO ORNITOLÓGICO POR EL EBRO (+18)

Actividad a bordo de barcas neumáticas de 10 plazas de capacidad en el tramo urbano del río Ebro a su paso por Zaragoza. Disfrutaremos de la fauna fluvial y de la mejor manera posible, desde dentro del río. Equipamiento recomendado: Ropa adecuada a la meteorología de esa jornada (un cortavientos y manga larga si hace un poco de frío), ropa de cambio (sobre todo calzado) por si nos mojamos y algo de protección solar (crema, gorra...). Si dispones de unos prismáticos puedes traerlos para observar mejor la fauna.

**FECHA:** domingo 26 de septiembre

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**PLAZAS:** 20

**ESPACIO:** Punto de encuentro en Camino Natural de La Alfranca (Parking) P.º Echegaray y Caballero, s/n, 50.002 Zaragoza (<https://maps.app.goo.gl/2PjPYnxGCzhuyX7eA>) y finalización en torno a las 20:00 horas en la Pasarela del Bicentenario (<https://maps.app.goo.gl/8NiFCaASKoX6FaMU8>). La Cartuja conectada con Zaragoza con la línea 25 del bus urbano.

**LOCALIZACIÓN:**

<https://maps.app.goo.gl/2PjPYnxGCzhuyX7eA>

## MACRAMÉ CON GATITOS

Aprenderás nudos básicos de macramé y crearás un llavero adorable con nuestros michis.  
¡Manualidades fáciles y bonitas para todos los niveles!

**FECHA:** domingo 27 de septiembre

**PLAZAS:** 16

**HORARIO:** de 18 a 19,30 h.

**ESPACIO:** Espazio Felino Shanti. C/ Miguel Servet, 11. 50.009 Zaragoza



## HILOS DE ÁFRICA: PULSERAS CON HISTORIA

Elabora pulseras africanas y aproxímate a la riqueza cultural de África a través del valor simbólico, social y ambiental del textil.

**FECHA:** viernes 24 de julio

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 18,30 a 20h.

**ESPACIO:** Espacio Mundi. C/ San Blas, 79, local C. 50.003 Zaragoza

## TALLER DE COLORIMETRÍA Y ESTILISMO

Taller práctico de colorimetría e imagen personal donde aprenderemos qué colores te favorecen más según el tono de piel, cabello y ojos, cómo combinar prendas y crear looks que reflejen tu personalidad. Un espacio dinámico y creativo para jóvenes con ganas de experimentar, ganar confianza y conocer nuevas formas de expresión a través de la moda sostenible y consciente.

**FECHA:** viernes 31 de julio

**PLAZAS:** 10

**HORARIO:** de 11 a 14h.

**ESPACIO:** AROPA2. C/ Benjamin Franklin 9, 50.0015 Zaragoza.

## TALLER DE COCINA INTERCULTURAL (+18)

Conoce la riqueza cultural de otros países mediante la gastronomía y conoce los movimientos migratorios.

**FECHA:** viernes 21 de agosto

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** Ateneo Laico Stanbrook. Travesía de Funes, 8. 50.014 Zaragoza

## RE-CREANDO IMÁGENES. FOTOBORDADO

Descubre el arte del fotobordado, donde tus fotografías cobran vida a través del hilo y la aguja. Aprende a combinar técnicas de bordado con tus imágenes favoritas, creando piezas únicas y personales.

**FECHA:** sábado 29 de agosto

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 11 a 12,30h.

**ESPACIO:** Espacio Mundi. C/ San Blas, 79, local C. 50.003 Zaragoza

## UPCYCLING: TALLER DE REUTILIZACIÓN TEXTIL

Mediante distintas técnicas (corte, pintura y costura), aprenderás a crear complementos a partir de prendas que ya no se usan: bolsas, monederos, pulseras, marcapáginas y llaveros.

**FECHA:** viernes 4 de septiembre

**PLAZAS:** 12

**HORARIO:** de 18,30 a 20h.

**ESPACIO:** Espacio Mundi. C/ San Blas, 79, local C. 50.003 Zaragoza

## TALLER DE VELAS EN PAZ

Crea velas de forma divertida y personalízalas con tintes y aromas, a la vez que conversamos sobre cultura de paz y resolución de conflictos.

**FECHA:** domingo 6 de septiembre

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 10,30 a 13,30h.

**ESPACIO:** Ateneo Laico Stanbrook. Travesía de Funes, 8. 50.014 Zaragoza

## SABORES DE INDIA: COCINA Y CULTURA (+18)

Acércate a la diversidad y riqueza cultural de India a través de sus sabores y aprendiendo a cocinar dos platos representativos de la gastronomía india.

**FECHA:** viernes 25 de septiembre

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 17 a 20h.

**ESPACIO:** Centro Joaquín Roncal. C/ San Braulio 5-7. 50.003 Zaragoza

## CUSTOMIZACIÓN Y REUTILIZACIÓN DE ROPA

Taller práctico de customización textil con materiales incluidos. A partir de dos prendas del almacén de aRopa2, cada joven tendrá la oportunidad de transformarlas mediante intervenciones creativas como cambios de mangas, bolsillos u otras técnicas sencillas. Al finalizar, cada persona se llevará a casa una prenda nueva creada por ella misma, fomentando la reutilización textil y la creatividad.

**FECHA:** domingo 27 de septiembre

**PLAZAS:** 10

**HORARIO:** de 11 a 14h.

**ESPACIO:** AROPA2. C/ Benjamin Franklin 9, 50.0015 Zaragoza.

## FABRICACIÓN DE JABÓN ALEPO Y COSMÉTICA

Taller en el que se elaborarán de forma artesanal jabones tradicionales de la región de Alepo (norte de Siria) y otras preparaciones de cosmética natural. Todo ello mientras se da a conocer la realidad de las mujeres refugiadas sirias en Líbano.

**FECHA:** domingo 27 de septiembre

**PLAZAS:** 15

**HORARIO:** de 11,30 a 13h.

**ESPACIO:** Centro de Historias. Plaza San Agustín, 2. 50.002 Zaragoza



# 12 LUNAS INTERGENERACIONAL

## COCINA TRADICIONAL CON NUESTROS MAYORES

Si te gusta cocinar y relacionarte con jóvenes como tú y con mayores, con las mismas ganas de aprender nuevas y exquisitas recetas, no dudes en venir a esta actividad donde podrás aprender y degustar el siguiente menú:

- Endibias rellenas de gilda batida
- Carrilleras con puré de patata
- Arroz con leche
- Flan de huevo

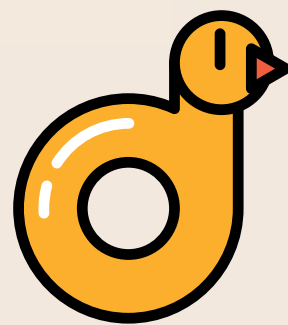
**FECHA:** viernes 11 de septiembre

**PLAZAS:** 6

**HORARIO:** de 20 a 22,30 h.

**ESPACIO:** Escuela de Sabor, C/ Prudencio,  
36. 50.003 Zaragoza





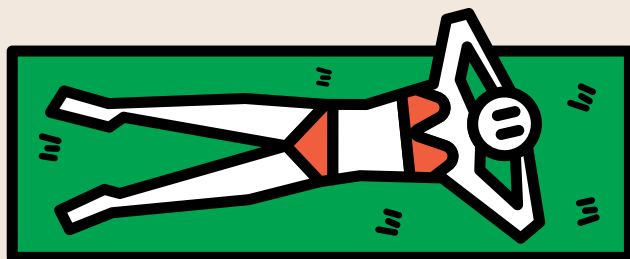
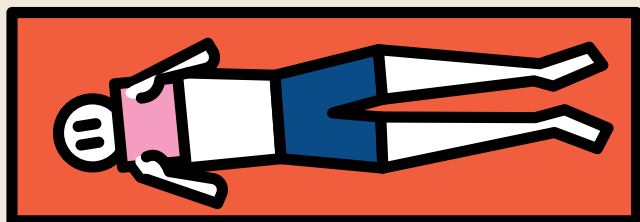
# JULIO

inscripción del 15 al 25 de junio

| ACTIVIDADES                                 | EDAD  | HORARIO     | PLAZAS | FECHA           |
|---------------------------------------------|-------|-------------|--------|-----------------|
| Pintura textil en bolsa de playa            | 14-30 | 17-19       | 15     | 10 de julio (V) |
| Láser tag                                   | 14-30 | 19-20,30    | 26     |                 |
| Iniciación al boxeo                         | +18   | 19,30-21    | 20     |                 |
| Escape Room. Mental Experiment              | 14-30 | 20-21,15    | 6      |                 |
| Escape Room. 007                            | 14-30 | 20,15-21,30 | 12     |                 |
| Paintball                                   | 14-30 | 12-14       | 50     | 11 de julio (S) |
| Tiro con arco y piscina                     | 14-30 | 17,30-19,30 | 10     |                 |
| Cocina Japonesa callejera                   | +18   | 20-22,30    | 14     |                 |
| Escape Room. Indiana's Adventure            | 14-30 | 10-11,15    | 7      | 12 de julio (D) |
| Iniciación a la escalada                    | 14-30 | 10,30-12,30 | 20     |                 |
| Pinta tu cuadro entre gatitos               | 14-30 | 18-19,30    | 16     |                 |
| Teatro. Pijama para seis                    | 14-30 | 19-20,30    | 12     |                 |
| Retrato al óleo en monocromo                | 14-30 | 16-19       | 7      | 17 de julio (V) |
| Realidad Virtual                            | +18   | 17-18,30    | 5      |                 |
| City Escape. Ciudad de sombras              | 14-30 | 19-21       | 10     |                 |
| Iniciación a la equitación                  | 14-30 | 19-21       | 20     | 18 de julio (S) |
| Pinta tu cuenco                             | 14-30 | 11-13       | 18     |                 |
| Descenso en piragua por el Ebro             | +18   | 17-20       | 20     |                 |
| Tiro olímpico con aire comprimido y piscina | +18   | 17,30-19,30 | 10     |                 |
| Cena bajo la luna en bici                   | +18   | 20-00,30    | 12     |                 |
| Snorkel en el Acuario                       | +18   | 10-15       | 6      | 19 de julio (D) |
| Visita el Acuario                           | 14-30 | 10-19       | 20     |                 |
| Hot Yoga                                    | +18   | 10,45-12,30 | 20     |                 |
| Teatro. Tempo. El mago invisible            | 14-30 | 19-20,30    | 12     |                 |
| Introducción al canto moderno               | 14-30 | 17-20       | 10     | 24 de julio (V) |
| Descubre el pickleball                      | 14-30 | 17,30-19    | 28     |                 |
| Hilos de África, pulseras con historias     | 14-30 | 18,30-20    | 12     |                 |
| Cocina vegetariana                          | +18   | 20-22,30    | 11     |                 |
| Excursión a Hecho y Ansó                    | +18   | 8,30-20,30  | 50     | 25 de julio (S) |
| Práctica deportiva: Vuela bailando          | 14-30 | 11-12       | 15     |                 |
| Coctelería NO-LO                            | +18   | 17-20       | 15     |                 |
| Street Escape. La base secreta              | 14-30 | 19-21       | 40     |                 |
| Arcade levels                               | 14-30 | 10-14       | 50     | 26 de julio (D) |
| Vuelo A0714 Combate                         | 14-30 | 12-13,15    | 16     |                 |
| Kombucha, la bebida de los samurais         | +18   | 12-14       | 15     |                 |
| Misterio entre gatitos                      | 14-30 | 18-19,30    | 16     | 31 de julio (V) |
| Taller de colorimetría y estilismo          | 14-30 | 11-14       | 10     |                 |
| Generación "ghosting"                       | 14-30 | 17-19,30    | 12     |                 |
| Taller de helados artesanos                 | +18   | 18-20       | 10     |                 |

# AGOSTO inscripción del 13 al 23 de julio

| ACTIVIDADES                                 | EDAD  | HORARIO     | PLAZAS | FECHA            |
|---------------------------------------------|-------|-------------|--------|------------------|
| Practica deporte con hip hop                | 14-30 | 11-12       | 15     | 1 de agosto (S)  |
| Elaboración de tapas y pintxos              | +18   | 17-20       | 12     |                  |
| Visita al Acuario                           | 14-30 | 10-19       | 20     | 2 de agosto (D)  |
| Taller de reptiles                          | +18   | 11,30-14    | 16     |                  |
| Crea tu propia libreta con gatitos          | 14-30 | 18-19,30    | 16     | 7 de agosto (V)  |
| Taller al óleo "Natura Morta"               | 14-30 | 16-19       | 7      |                  |
| Realidad Virtual                            | +18   | 17-18,30    | 5      |                  |
| Descubre el pickelball                      | 14-30 | 17,30-19    | 28     |                  |
| Excursión a Huesca y Planetario             | +18   | 9,30-19,30  | 50     | 8 de agosto (S)  |
| Taller de blooming cakes & bubbles          | +18   | 10,30-12,30 | 10     |                  |
| Tiro con Arco y piscina                     | 14-30 | 17,30-19,30 | 10     | 9 de agosto (D)  |
| Battle Room. La caída de Troya              | 14-30 | 11,30-12,40 | 12     |                  |
| Imperio Romano (Caesaraugusta)              | 14-30 | 11,30-12,40 | 6      | 14 de agosto (V) |
| Cómo comerse el escenario                   | 14-30 | 17-20       | 10     |                  |
| Descenso crepuscular por el Ebro            | +18   | 18,30-21,30 | 20     | 15 de agosto (S) |
| Arcade Levels                               | 14-30 | 10-14       | 50     | 16 de agosto (D) |
| Iniciación a la escalada                    | 14-30 | 10,30-12,30 | 20     |                  |
| Haz tu vela con gatitos                     | 14-30 | 18-19,30    | 16     | 21 de agosto (V) |
| La vida en modo "scroll"                    | 14-30 | 17-19,30    | 12     |                  |
| Paisaje de verano en acuarela               | 14-30 | 17-20       | 12     |                  |
| Taller de cocina intercultural              | +18   | 17-20       | 15     |                  |
| Excursión a Lacuniacha y tirolina           | +18   | 9-19,30     | 50     | 22 de agosto (S) |
| City Escape. Ciudad de sombras              | 14-30 | 10-12       | 10     |                  |
| Tiro olímpico con aire comprimido y piscina | +18   | 17,30-19,30 | 10     | 23 de agosto (D) |
| Hot Yoga                                    | +18   | 10,45-12,30 | 20     |                  |
| Ginger bug, tu propia bebida con gas        | +18   | 12-14       | 15     |                  |
| Japanese kitchen                            | +18   | 12,30-15    | 10     |                  |
| Cerámica Muñec@ Koleshi                     | 14-30 | 17,30-20,30 | 18     | 28 de agosto (V) |
| Crea tu mini jardín con gatitos             | 14-30 | 18-19,30    | 16     |                  |
| Transferencia y serigrafía de imágenes      | 14-30 | 18-20,30    | 24     |                  |
| Láser tag                                   | 14-30 | 19-20,30    | 26     |                  |
| Defensa personal                            | +18   | 19,30-21    | 20     | 29 de agosto (S) |
| Escape Room. Mental Experiment              | 14-30 | 20-21,15    | 6      |                  |
| Escape Room. El hechizo                     | 14-30 | 20,15-21,30 | 12     |                  |
| Taller de helados artesanos                 | +18   | 10,30-12,30 | 10     |                  |
| Practica deporte con street dance           | 14-30 | 11-12       | 15     | 30 de agosto (D) |
| Re-creando imágenes. Fotobordado            | 14-30 | 11-12,30    | 12     |                  |
| Escape Room. Indiana's Adventure            | 14-30 | 10-11,15    | 7      |                  |
| Iniciación al Paddle Surf                   | +18   | 11-13       | 15     |                  |
| Iniciación al Paddle Surf                   | +18   | 16-18       | 15     | 30 de agosto (D) |
| Decora tu figura felina con gatitos         | 14-30 | 18-19,30    | 16     |                  |
| Paintball                                   | 14-30 | 19-21       | 50     |                  |



SEPTIEMBRE

inscripción del 17 al 27 de agosto

| ACTIVIDADES                                                   | EDAD  | HORARIO     | PLAZAS | FECHA                |
|---------------------------------------------------------------|-------|-------------|--------|----------------------|
| Taller al óleo de pintura de paisaje                          | 14-30 | 16-19       | 7      | 4 de septiembre (V)  |
| Cómo caer bien sin dar cringe                                 | 14-30 | 17-19,30    | 12     |                      |
| Descubre el pickleball                                        | 14-30 | 17,30-19    | 28     |                      |
| Upcycling: reutilización textil                               | 14-30 | 18,30-20    | 12     |                      |
| Gymkana deportiva                                             | 14-30 | 12-14       | 50     | 5 de septiembre (S)  |
| Cluedo en vivo en la Aljafería. La sombra del califato        | 14-30 | 11-12,15    | 40     |                      |
| Descenso en piragua por el Ebro                               | +18   | 17-20       | 20     |                      |
| Iniciación a la escalada                                      | 14-30 | 10,30-12,30 | 20     | 6 de septiembre (D)  |
| Taller de velas en paz                                        | 14-30 | 10,30-13,30 | 15     |                      |
| Tepache, tu bebida fermentada                                 | +18   | 12-14       | 15     |                      |
| 12 Lunas Estrella: Escuela ciudadana de prevención de riesgos | 14-30 | 10-13       | 12     | 9 de septiembre (X)  |
| Cartografía de tu identidad lunar                             | 14-30 | 17-20       | 20     | 11 de septiembre (V) |
| Introducción canto moderno                                    | 14-30 | 17-20       | 10     |                      |
| Iniciación al Lindy hop (swing)                               | 14-30 | 17,30-19,30 | 16     |                      |
| Láser Tag                                                     | 14-30 | 19,30-21    | 26     |                      |
| Intergeneracional. Cocina tradicional con nuestros mayores    | +18   | 20-22,30    | 6      | 12 de septiembre (S) |
| Paintball                                                     | 14-30 | 12-14       | 50     |                      |
| Tiro con arco                                                 | 14-30 | 17,30-19,30 | 10     |                      |
| Defensa personal aplicada                                     | +18   | 18-20       | 18     |                      |
| Iniciación a la equitación                                    | 14-30 | 18-20       | 20     |                      |
| Arte en bicicleta. Dibujos luminosos                          | +18   | 20-23       | 12     | 13 de septiembre (D) |
| Arcade Levels                                                 | 14-30 | 10-14       | 50     |                      |
| Room Score Lacasitos                                          | 14-30 | 11,30-12,30 | 12     |                      |
| Battle Room ¡Tu radio no suena!                               | 14-30 | 11,45-13    | 12     |                      |
| Pinta tu totebag con gatitos                                  | 14-30 | 18-19,30    | 16     |                      |
| Realidad Virtual                                              | +18   | 17-18,30    | 5      | 18 de septiembre (V) |
| Pintura textil en neceser                                     | 14-30 | 17-19       | 15     |                      |
| Iniciación al Swing Solo (individual)                         | 14-30 | 17,30-19,30 | 16     |                      |
| Escape Room. Mental Experiment                                | 14-30 | 20-21,15    | 6      |                      |
| Escape Room. 007                                              | 14-30 | 20,15-21,30 | 12     |                      |
| Rompe el miedo y ven a tornear                                | 14-30 | 11-14       | 24     | 19 de septiembre (S) |
| Cerámica de espejos                                           | 14-30 | 17-20       | 18     |                      |
| Tiro olímpico con aire comprimido                             | +18   | 17,30-19,30 | 10     |                      |
| Cocina Mexicana                                               | +18   | 20-22,30    | 14     |                      |
| Auditorio. 8º Certamen Pop Rock 90s                           | 14-30 | 21-22,30    | 8      | 20 de septiembre (D) |
| Escape Room Indiana's Adventure                               | 14-30 | 10-11,15    | 7      |                      |
| Visita el Acuario                                             | 14-30 | 10-19       | 20     |                      |
| Bucea en el Acuario                                           | +18   | 10-15       | 6      |                      |
| Hot Yoga                                                      | +18   | 10,45-12,30 | 20     |                      |
| Iniciación al Paddle Surf                                     | +18   | 11-13       | 15     | 25 de septiembre (V) |
| Japanese kitchen                                              | +18   | 12,30-15    | 10     |                      |
| Madrid musical. La familia Addams                             | +18   | 10-23,50    | 50     |                      |
| Coctelería saludable                                          | +18   | 17-20       | 15     |                      |
| Sabores de India: cocina y cultura                            | +18   | 17-20       | 15     |                      |
| City Escape. Ciudad de sombras                                | 14-30 | 19-21       | 10     | 26 de septiembre (S) |
| Iniciación al boxeo                                           | +18   | 19,30-21    | 20     |                      |
| Practica deporte con bailes modernos                          | 14-30 | 11-12       | 15     |                      |
| Uluburun: Un naufragio en tu piscina                          | 14-30 | 13,30-15,15 | 18     |                      |
| Uluburun: Un naufragio en tu piscina                          | 14-30 | 16-17,45    | 18     |                      |
| Descenso ornitológico por el Ebro                             | +18   | 17-20       | 20     | 27 de septiembre (D) |
| Fundamentos del KungFu                                        | +18   | 18-20       | 16     |                      |
| Auditorio. DJ Symphonic latino                                | 14-30 | 19,30-21    | 8      |                      |
| Orientación tradicional con plano y brújula                   | +18   | 9-14        | 15     |                      |
| Customización y reutilización de ropa                         | 14-30 | 11-14       | 10     |                      |
| Fabricación de jabón Aleppo y cosmética                       | 14-30 | 11,30-13    | 15     |                      |
| Macramé con gatitos                                           | 14-30 | 18-19,30    | 16     |                      |

**Consulta nuestra web**  
[www.zaragoza.es/joven](http://www.zaragoza.es/joven)  
[www.zaragoza.es/sede/portal/12lunas/](http://www.zaragoza.es/sede/portal/12lunas/)

**INSCRÍBETE en las actividades  
a través de la Agenda Joven**

**Consultas inscripción:**  
[12lunas-inscripciones@zaragoza.es](mailto:12lunas-inscripciones@zaragoza.es)

**Consultas programación:**  
[12lunas@zaragoza.es](mailto:12lunas@zaragoza.es)



**Zaragoza**  
AYUNTAMIENTO