



**UNIVERSIDAD  
POPULAR**  
AYUNTAMIENTO DE CÁCERES

## ***INFORMACION DE LOS TALLERES***

**Comienzan el 19 de septiembre**

---

### **Bailes Regionales** Iniciación

Casa de Cultura Moctezuma

Martes y Jueves de 17,00 a 18,30h.

12 plazas

25 EUROS

### **Bailes Regionales** Continuación

Casa de Cultura Moctezuma

Martes y Jueves de 18,30 a 20h.

19 plazas

25 Euros

Los talleres de Baile Regional que os presentamos, pretenden ser un espacio para entrar o retomar el contacto con nuestro Folklore, tan activo en nuestros pueblos, pero tan perdido en nuestra capital.

La actividad que vamos a desarrollar, Baile Regional, recoge dos grandes aportaciones a nuestras vidas:

1. La práctica de actividad física, que es una de las estrategias más efectiva en la promoción de la salud y ayuda al buen funcionamiento del organismo pues permite esparcimiento y diversión.
2. El baile como evento social, pues quienes participan logran cierta complicidad y su dinámica posibilita compartir comentarios, experiencias, bromas y ocurrencias, además de que ayuda a recordar épocas pasadas y revivir recuerdos en un ambiente festivo.

Trabajaremos las Jotas, Fandangos y Rondeñas de nuestra tierra, tanto de nuestra provincia Cáceres, como de nuestra vecina Badajoz, echando mano de ese repertorio tan amplio que tenemos en nuestro Folklore Extremeño, con pasos sencillos que no requieren una rigurosa preparación, adaptándolos a los participantes y sus capacidades.

Y hay mucho más.....

El baile también proporciona seguridad y coordinación, pues los participantes comparten una actitud desinhibida, relajada, que brinda la oportunidad de expresar alegría y abandonar el estrés o

la depresión, pues hay una relación directa entre el bienestar individual y la calidad de los vínculos sociales con hijos, familia y amigos.

No sólo aprenderemos a bailar en el taller, también , todo aquel que quiera, podrá unirse al grupo de baile, FOLK TREBOL- UNIVERSIDAD POPULAR, el cual se dedica a enseñar nuestro Folklore allí donde nos necesitan, a alegrar las tardes a nuestros mayores en las Residencias y a fomentar el Folklore entre nuestros niños en los colegios.

Os esperamos, ojalá, cada año, seamos más.

[Mariví Bernal](#)

**MATRICULAS EL 10 de septiembre de 9 a 14 horas**



---

***PROMOCIÓN Y DIFUSION DE LA CULTURA  
PROGRAMA Talleres Abiertos  
Octubre 2019-Febrero 2020***

*Universidad Popular de Cáceres*

Sede: Doctor Fleming, 2

10001 CÁCERES

[universidad.popular@ayto-caceres.es](mailto:universidad.popular@ayto-caceres.es)

Teléfono 927-225400