

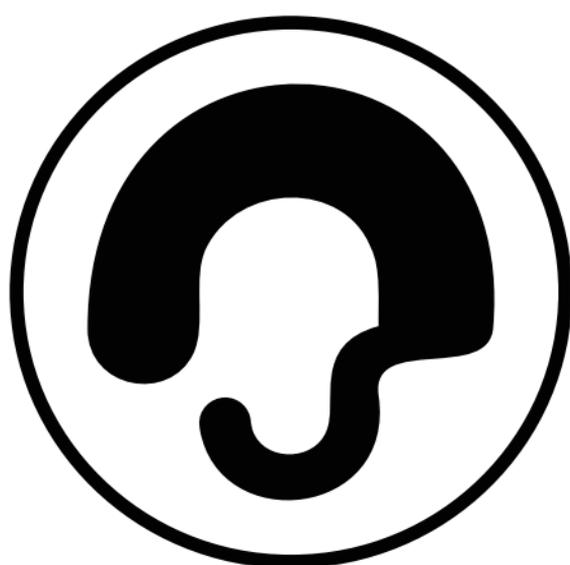


ilustración: @sergiosparis

carabancheldc.com

TODO PASA EN **CARABANCHEL**

Artesanía / Plásticas y Diseño / Escénicas
Literatura / Música / Participación vecinal



CARABANCHEL DISTRITO CULTURAL

SÁBADO 01

COLLAGE TÁCTIL

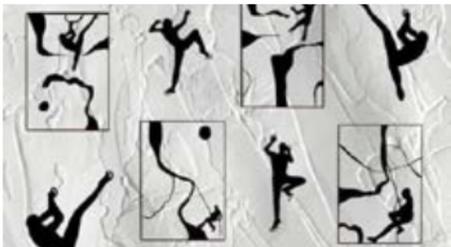


Organiza **Asociación Dan Zass** en **Asociación Vecinal El Parque Comillas**. A las 11h. Entrada libre previa inscripción

COMILLAS

Anna Lisa Miele en colaboración con **Reúsa** y **Asociación Dan Zass**, impartirá un taller de artes plásticas dirigido a personas con **discapacidad**, desde los 12 años hasta la **edad adulta**. El taller tendrá una duración de 2 horas. Esta es una actividad **subvencionada**, por lo que es de **coste cero** para los participantes. **Plazas limitadas**. Más info e **inscripción**: info@danzass.com / 646 51 59 54 (Cristina) / www.annalisamiele.com / www.reusa.es / www.danzass.com

EXPO + ACTUACIÓN



Arkose. Desde las 12h hasta las 20h

VISTA ALEGRE

Arkose y la artista **Bárbara de Tienda** confluyen para ofrecer a todos los curiosos que se acerquen ese día al rocódromo una expo con performance incluida de su obra. Además, todo el que quiera podrá hacerse un flash tattoo con alguno de los diseños de escaladores que la artista ha preparado por tan solo 45€. Además contaremos con la actuación musical de **Andrea Rodríguez** y su **productor Joe**. Más info: www.arkose.com

TARDE CINEMATOGRAFICA

CINEBANCHEL

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENAVIDA

Acércate a pasar una **tarde de cine**, conversando y viendo **cortos** y **escenas emblemáticas** del cine en el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Actividad para todas las edades. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e **inscríbete** en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid.

FESTIVAL TITIRIMBANA: TRAS LA SOMBRA DE WENDY Y PETER

Sala Tarambana. A las 17:30h.

Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Un viaje poético de luces y sombras: Una experiencia inmersiva, interactiva, dinámica y llena de humor. ¿Podremos volver al país de Nunca Jamás? ¿Hemos perdido la capacidad de sorprendernos? «Nacemos sabiendo volar, porque antes de ser niños somos pájaros, pero olvidamos cómo hacerlo cuando dejamos de creer que podemos volar». Nos reencontraremos con todos los personajes de Wendy y Peter, mientras Barrie se pregunta y cuestiona que podría pasar si dejamos de creer y de jugar. ¡Sueña y conecta con el mundo ima-

ginario del juego y la fantasía!. Coautor, director y actor: **Sergio Pons**. Coautora, directora de escena y dramaturga: **Lindes Farré**. Y mañana domingo, repiten.

ESPINOSAX

UNA TARDE DE SAXO AL RITMO DE JAZZ Y BOLERO

Centro Sociocultural García Lorca.

A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

BUENAVIDA

Una tarde de saxofón al ritmo de jazz y bolero, es un concierto que celebra los ritmos latinoamericanos como la *bossa-nova*, el cha-cha-chá, el jazz latino y los boleros. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

PRESENTACIÓN DE LIBRO: UNIVERSOS CERCANOS



Librería El Trotajueves.

A las 19h. Entrada libre

OPAÑEL

Universos cercanos, de **Celia Cuenca**. Una mirada íntima de la ciencia ficción, es un ensayo que analiza la historia de la ciencia ficción cinematográfica y su relevancia a la hora de responder, como productos culturales y a la par existenciales, a las preocupaciones de un tiempo y época específicos.

TREBEDES PRESENTA: CANTANDO EN LA CANTINA

Centro Cultural Fernando Lázaro Carreter. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPAÑEL

Cantando en la Cantina es un espectáculo vibrante, en el que se celebra la música popular a través de escenas pintorescas de los pueblos, como **La Cantina**, **El Romance de Teresa y Marcelino**, **El Cura** y **La Suegra**. Con un toque de humor y mucha interacción con el público, cada pieza cobra vida, invitando a todos a ser parte de la experiencia. Un viaje sonoro lleno de tradición, alegría y participación, donde las risas y la música se entrelazan en un homenaje a nuestras raíces. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

MIGUEL DE MOLINA EN EL RECUERDO

Centro Sociocultural Oporto. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPAÑEL

Miguel de Molina en el recuerdo trae a los escenarios en formato reducido un recorrido por temas de Miguel de Molina interpretados por Manuel de Segura (10 temas) y dialogado (el periodista Pablo San Nicasio pregunta al cantante). Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

NOCHE DE PINCHADA CON BROWN'S LIAR - CAJÓN DESASTRE MUSICAL

Sónico bar. A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo en el Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarle unos bailes y unas birras con **Brown's Lair** y su **cajón desastre musical**. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

SPEEDRITU HD 1.25 REMIX 🎧

Sala Tarambana.

A las 21h. Anticipada 12€
en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

En Madriz, una pantera escapa del zoológico, causando pánico. El alcalde ofrece una recompensa por su cabeza, pero Dios encomienda a San Antón, patrón de los animales, salvarla y llevarla a Formentera para mantener su santidad. Junto a San Paquito, San Jacobo y San Cucufato, enfrentan situaciones surrealistas y personajes extravagantes, como un cazador redneck y un ciego vendedor romántico. Sin embargo, la pantera, lejos de cooperar, busca devorar a quien se cruce en su camino.

I EDICIÓN DE SKARABANCHEL FEST: LES TESTARUDES + SKABIDEAN 🎵

Sala Gruta 77. A las 21:30h.

Anticipadas desde 12€
en movingtickets.com / 15€
en taquilla

SAN ISIDRO

Llega la I edición de Skarabanchel Fest a Gruta 77. Seremos testigos de este cartel especial que ha logrado juntar a dos de las bandas referentes de la nueva generación del *ska rocksteady reggae*: Les Testarudes, banda catalana de *ska, rock steady* y *reggae* compuesta por nueve mujeres que presenta su álbum debut, *La Prèvia*; y Skabidean, de Iruña, presentando *Hau Errepikézina Izan Da*, su quinto álbum de estudio con 17 canciones, donde combinan diversos estilos con el *ska* y el *reggae* como ejes principales.

DOMINGO 02

FESTIVAL TITIRIMBANA: TRAS LA SOMBRA DE WENDY Y PETER 🎭

Sala Tarambana. A las 12:30h.

Anticipadas 8€ en tarambana.net
y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Un viaje poético de luces y sombras: Una experiencia inmersiva, interactiva, dinámica y llena de humor. Nos reencontraremos con todos los personajes de Wendy y Peter, mientras Barrie se pregunta y cuestiona que podría pasar si dejamos de creer y de jugar. Coautor, director y actor: Sergio Pons. Coautora, directora de escena y dramaturga: Lindes Farré.

MAÑANA DE MAGIA: NIÑAS DEL MAGO 🎭

Centro Cultural San Francisco La Prensa. A las 12:30h. Entrada libre hasta completar aforo

PUERTA BONITA

¿Os habéis preguntado alguna vez si hay magas? Ellas se presentan con el nombre artístico de Niñas del Mago, el único dúo de magas en España. “Niñas del Mago” no son el típico mago. Rompen el tópico para hacernos sentir la ilusión de siempre, con un estilo fresco y desenfadado, con toques de mimo y clown. Edad recomendada: A partir de 6 años. Duración: 60 minutos.

COMPAÑÍA ALBERTO QUIRÓS: LA RENDICIÓN 🎭



Sala Tarambana. A las 19h.

Anticipada 12€ anticipada en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Un hombre. Un clown. Un dramaturgo. Un amigo. Un actor se encuentra inmerso en la creación de su última obra. Las dudas, las expectativas, las dificultades, la fantasía, las distracciones, los miedos lo llevarán a un viaje que, a través de la comicidad, la poética y el absurdo, será imposible de evitar. Autoría e interpretación: Alberto Quirós. Dirección: Alberto Quirós y Lucio A. Baglivo.

LUNES 03

MANDA CARALLO SHOW VIVE LE SKA 90'S! 🎵

Emisión en streaming.

A las 20h. www.mixcloud.com/live/mandacarallo

Manda Carallo Show dedicará un espacio especial en la azotea a recordar una época dorada de la música ska francesa en los años 90 con bandas inolvidables como ASPO, Jim Murple Memorial, Rageus Gra-toons, Rude Boy System y otros artistas. Todo ello rodeado de la atmósfera habitual en este programa de entretenimiento producido desde una azotea de Caraban-

¿QUIERES ANUNCIARTE EN YUZIN CARABANCHEL?

Yuzin Carabanchel reparte cada mes 3500 ejemplares en 180 puntos del distrito.

✉ carabanchel@yuzin.com

☎ 649 396 340

DIRECCIÓN:

Luis Fas

REDACCIÓN:

Luis Fas
Sara Rollón

MAQUETACIÓN:

Johan Gensfleisch

DISTRIBUCIÓN:

Equipo Yuzin

IMPRIME:

Gráficas Andalusi

Impulsado por



CARABANCHEL
DISTRITO
CULTURAL

Yuzin Carabanchel no se hace responsable de los cambios de última hora en los eventos publicados en esta edición. Todos los eventos publicados en esta edición fueron comunicados por promotores y organizadores antes del día del cierre de ésta, bien de manera directa a nuestra Redacción o bien públicamente a través de sus redes y plataformas digitales. Yuzin Carabanchel es un medio de comunicación multiplataforma privado e independiente, dedicado a la difusión de la oferta cultural y de ocio del distrito de Carabanchel. Ofrecemos la posibilidad de incluir información de instituciones, empresas públicas o privadas, siempre y cuando esté relacionada con la cultura, el turismo o el ocio.

chel. Si no podéis oírlo en directo, recordad que lo tendréis disponible tras su emisión en las principales plataformas de podcasting (Mixcloud, Spotify, Ivoox, etc).

esta ocasión charlaremos sobre *Apegos feroces*, de **Vivian Gornick**.

EL OCASO DEL MINOTAURO 🎧

Sala Tarambana. A las 20h.
Anticipada 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

MARTES 04

ARTETERAPIA 🎓

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Ven a explorar tu potencial creativo en este espacio de autocuidado en el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Utilizaréis las artes plásticas para expresaros y conoceréis un poco mejor. Disponibles 12 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. 12 plazas disponibles. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid

El tiempo ha corrido para el Minotauro. Y consigo ha traído el olvido. Atrás quedaron los tiempos en que los suelos tremaban con su furia, el miedo se apoderaba de los hombres y los barcos portaban su leyenda. Nadie recuerda ya al anciano ser que vaga por los decrepitos pasillos del laberinto. Y en su espera eterna, en su profunda soledad, una esperanza lo alienta cada mañana: «¿Será hoy que venga Teseo a buscarme?». Autoría y dramaturgia: **Nestor Roldán y Pablo Paz**. Interpretación: **Pablo Paz**.

THE RUMJACKS (AUSTRALIA) + GRADE 2 (REINO UNIDO) 🎵

Sala Gruta 77. A las 21h. Anticipada desde 23€ en tickets.hfmncrew.com/ / 28€ en taquilla

SAN ISIDRO

Una velada que promete ser inolvidable en el **Gruta 77**, con dos bandas que llevan el *punk*: **The Rumjacks**, australianos de Nueva Gales del Sur, mezclan el *punk* con aires celtas y música tradicional irlandesa, inglesa y australiana. Con su inconfundible estilo y gloriosas canciones, **Grade 2** representa el poder puro del **punk de la vieja escuela**, actualizando su esencia 50 años después de la revolución del género. Su segundo álbum es un golpe de realidad que combina espíritu rebelde, frustraciones juveniles y una crítica directa a las injusticias contemporáneas.

MIÉRCOLES 05

PAELLA, UNA COMEDIA GASTRO ESCÉNICAS 🎭
Sala Tarambana. A las 20h. Anticipada 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis que trabaja junta, organizan una paella para presentar un proyecto clave. En escena, descubrimos que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan, difuminando los límites entre realidad y ficción en una tragicomedia burlesca. *Paella* es una comedia contemporánea que se baila, canta, cocina y se degusta al final. Con dirección de **Víctor Velasco**, aborda la igualdad de género desde una perspectiva humana. Producida por **Tarambana Teatro**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **David Fernández «Fabu» y Nerea Moreno**.

VIERNES 07

IV EDICIÓN DE ENSAYA CARABANCHEL ABIERTA CONVOCATORIA 🎵



A las 12h. Inscripción en [Formulario de inscripción](#)

Ya está abierta la **convocatoria** de la **IV edición de Ensaya Carabanchel**. La misión de este proyecto, desarrollado por **Carabanchel Distrito Cultural**, y los locales de ensayo **Gruta 77, Rockland, Matilda y Madreams**, y financiado por el **Ayuntamiento de Madrid**, es la mentoría de **15 bandas** de música emergentes o de nueva creación, a través de un ciclo de formación entre marzo y julio que se desarrollará en los locales de ensayo mencionados. Los resultados de la selección se darán a conocer a finales de febrero. Las bandas interesadas en participar en este programa pueden **inscribirse hasta el 10 de febrero** <https://lc.cx/5yh-mj>.

JUEVES 06

VOCESON – PODCAST 🎓

Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y únete a su grupo de *podcast*, graba sobre temas que te interesen y haz entrevistas a personas de referencia. Disponibles 15 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.bit.ly/inscripcioncj.

CLUB DE LECTURA DE MA(PATERNIDADES) 📖



Librería Derivas. A las 18h. 10€+ compra del libro con 5% de descuento

OPANEL

Club de lectura de ma(paternidades), dinamizado por **Paula Bordonada**. Utilizamos la literatura como punto de fuga y de conciencia, pero sobre todo, como germen para hacer tribu y acompañarnos en este camino intenso que es la crianza. Si lo necesitas, puedes traer a tu peque. En

FLORECIENDO CUENTOS, POR RUTHY RUTILANTE 🦋

Centro Sociocultural Blasco Ibáñez. A las 18h. Entrada libre hasta completar aforo

SAN ISIDRO

Una duendecilla venida de los bosques de las palabras escondidas nos regala historias... Edad recomendada: **A partir de 4 años**. Duración: **50 minutos**.

LIFEDRAWING CARABANCHEL

Espac101. A las 19h. Precio: 14€ en @enriquevareak

SAN ISIDRO

LifeDrawing Carabanchel organiza sesiones libres de dibujo al natural con dos modelos. Cada sesión dura 50 minutos, con un descanso de 15-20 minutos, acompañado de un pisolabis para socializar. Las poses, de 2 a 5 minutos, se centran en gesto, expresividad y anatomía. **Enrique Varea**, docente de dibujo, estará disponible para asesorar. El precio es de 14€ (material no incluido). Se recomienda reservar plaza a través del Instagram @enriquevareak. Ideal para disfrutar y aprender dibujo en un ambiente creativo.

ESCENA AL LÍMITE

Factoría Jarana. A las 20h. Desde 12€ en eventim-light.com y en instagram.com/factoria_jarana

COMILLAS

Factoría Jarana acoge Escena al límite, un proyecto teatral original de **La Tercera Compañía** que mezcla dramaturgia, improvisación y música para crear **en directo** una pieza de la que sabemos el principio pero no sabemos el final.

ARDHI YA WAASI, EN CONCIERTO

Sala Tarambana. A las 21:30h. Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Ardh Ya Waasi es una banda de Reggae... o no... Porque los diferentes estilos y géneros que aportan cada uno de sus componentes, aderezan la amalgama de sonidos de manera que hace difícil su etiquetado. Los ocho miembros que conforman **Ardh Ya Waasi** le confieren un

directo vibrante y lleno de energía, donde siempre está sucediendo algo.

ENLACASA + RÍO MENTE

Sala Gruta 77. A las 21:30h. Anticipadas 10€ en movingtickets.com / 13€ en taquilla

SAN ISIDRO

EnLaCasa es una banda nacida en el corazón del mítico barrio de Carabanchel. Su amalgama musical recoge el poso del flamenco, el descaro y frescura de la música urbana; como el reggae, el hip hop o el R'n'B, con un aderezo de sabor latino que dan como resultado un pop energético, elegante, profundo y bailable, que conecta a la primera escucha. Les acompañan en el escenario del Gruta, **Río Mente**.

SÁBADO 08

APRENDE UNA TÉCNICA DE DECORACIÓN CERÁMICA: EL ESGRAFIADO



Nüwa Arte y cerámica. A las 11h. Precio: 55€ en nuwaceramica.com

SAN ISIDRO

Nüwa Arte y cerámica abren el ciclo **Aprende una técnica decorativa** con una de sus técnicas favoritas: **el esgrafiado**. Esta técnica consiste en aplicar una capa de engobe sobre la pieza y luego raspar cuidadosamente para crear patrones o di-

MERCADO DE SAN ISIDRO

· Mdo. Castizo · Desde 1952 ·

AQUÍ COMPRAN
TODAS LAS LISTAS.

Productos de cercanía. Productos frescos. Productos saludables. Productos a buen precio. Cualquier lista que hagas, la tienen nuestros comerciantes. Y si no se te ocurre nada, pregúntales a ellos. Su trato familiar y sus recomendaciones son para gente lista. La gente que compra en su barrio.

SAN PATRICIO,1 · SAN NICETO,1 · SAN BRAULIO,2
mercadosesanidro.es

MADRID

mercados de madrid

seños únicos. Aprenderás desde preparar la pieza hasta aplicar y raspar el engobe. Además, te guiarán para desarrollar tu propio diseño, que podrás aplicar a un plato o bandeja, creando una pieza única y totalmente personalizada. **¡Descubre el esgrafiado y dale un toque único a tus creaciones!**

YOGUI-CUENTOS CON DALA YOGA

Librería Derivas. A las 11:30h.
Entrada libre

OPANEL

Una experiencia única en la que usaremos la magia del Yoga para contar cuentos y vivirlos nosotrxs mismxs. ¡Porque los cuentos no son sólo para contarlos, también para «moverlos»!. Con **Dala yoga**.

MERCADILLO DE VINILOS

Sónico bar. De 13h a 16h y de 19h a cierre. Entrada libre

VISTA ALEGRE

Nuevo **mercadillo de vinilos** en el **Sónico Bar** a cargo de **Discos Marginales**, con **Alfonso Siempretarde** y **Ángel Snap**. En Sónico beat, beer, bar.

INTERESTING SPACE DIGITALMENTE JÓVENES

Centro Juvenil Carabanchel Alto.
A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

En el **Centro Juvenil Carabanchel Alto**, siguen con su anime y su imaginación un mes más ¿Eres más de la Tierra Media o Tatooine? O quizá prefieras a Levi Ackerman o Ryuk... Todo esto y mucho más es lo que vais a poder compartir en **Interesting Space**. Acércate y que la fuerza te acompañe. Disponibles 15 plazas. Actividad de 3 horas de duración. Para edades **entre 14 y 30 años**. Inscripciones en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636 045 586.

HAZTE UNA TAZA O UN CUENCO

Nüwa Arte y cerámica.
A las 17:30h. Precio: 45€
en nuwaceramica.com

SAN ISIDRO

Crea **la taza o el cuenco** perfecto para ti. ¿Te imaginas desayunar en una pieza hecha con tus propias manos? En este taller de **dos horas y media**, diseñarás y construirás tu propia taza o cuenco partiendo de una plancha de barro. Además, podrás decorarla con engobes para darle tu estilo personal, todo en una sola sesión. Después, en **Nüwa Arte y Cerámica** la cuecen y esmaltan y podrás ir a recogerla terminada en unas semanas. Todos los materiales y herramientas están incluidos en el precio. Los materiales que utilizamos son aptos para microondas y lavavajillas. ¡Los desayunos saben mucho mejor en una pieza hecha por ti!

FESTIVAL TITIRIMBANA: PINUNO, PINDOS ¡PINOCHO!

Sala Tarambana. A las 17:30h.
Anticipada: 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Teresa, la narradora de historias, ha descubierto al carpintero Geppetto con las masa... Bueno, en realidad con las manos en el tronco. El artesano está construyendo su mayor obra: «Pinocho» la marioneta más famosa del mundo. Pero ¡ojo!... ¡id sabiendo que Pinocho, no sólo es una

marioneta. Para el viejo Geppetto es como un hijo. De hecho, mientras construye a su pequeño de madera nos contará todos los cuentos que tiene planeado contarle a su Pinocho. Cuentos con juguetes y muñecos... de madera, música... de madera y muchas sorpresas... de madera. No os perdáis esta maravillosa precuela... de madera: **PinUno, PinDos... ¡PinOcho!**. Y mañana domingo, repiten.

MINIFICIONES. TALLER PRÁCTICO DE FANZINES A6 Y A7



Librería El Trotajueves.
A las 18:30h. Precio: 10€

OPANEL

En este taller explorarás la creación de mini publicaciones en formatos A6 (colectivo) y A7 (individual). Se usarán técnicas de collage, escritura, ilustración y tipografía para dar vida al papel en blanco, creando piezas únicas y expresivas. Material incluido: Papeles A6 y A7 y herramientas para collage, dibujo y tipografía con una duración de 3 horas. Impartido por **Karavanzine (Quino Romero)**. Reserva tu plaza en karavanzine@gmail.com.

MARIA GRACIA. CANCIÓN ESPAÑOLA Y COPLA

Centro Sociocultural García Lorca.
A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

BUENAVISTA

Maria Gracia, cantante y actriz, nos presenta un concierto de **canción española** y **coplas** con mucho arte, como el que demostró al interpretar el papel de **Bellita del Campo** en la serie **Acacias 38**, en TVE. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

STAND UP COMEDY: AXLOR RIEZU

La Chocita del Loro. A las 19h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Pasa una noche única con cómicos destacados en un ambiente acogedor y servicio de bar. En este pase, ríe con **Axlór Riezu**, el bilbaíno sin vergüenza ni frío, conocido por El Club de la Comedia, Europa FM, Telecinco, y spots para grandes marcas como Frenadol.

LAURA TOFFANO, EN CONCIERTO

Centro Sociocultural Oporto. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPANEL

Desde Guatemala, **Laura Toffano** es una joven cantautora que ejecuta la **guitarra** y el **bajo**. Su voz es el instrumento principal para conectar con las audiencias de manera auténtica, con timbres *mellow soul*, *R&B* y algunas notas de bolero y géneros latinoamericanos. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.



CONCIERTO: 
TODA UNA VIDA
Centro Cultural Fernando Lázaro Carreter. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPANEL

Concierto de **voz** (Shadí Sparkling), **piano** (Jorge Castañeda) y **contrabajo** (Tomás Merlo); interpretando los grandes boleros que han marcado la vida de varias generaciones. Edad recomendada: **a partir de 12 años.** Duración: **60 minutos.**

GRACIE ABRAMS 
THE SECRET OF US TOUR
Palacio de Vistalegre.
A las 20:30h. Entradas desde 45€ en Ticketmaster

VISTA ALEGRE

La cantante y compositora nominada al GRAMMY®, **Gracie Abrams**, anuncia la etapa europea de su gira *The Secret of Us Tour*. El tour de 18 fechas comenzará este mes de febrero en Madrid y pasará por las principales ciudades de Europa: Ámsterdam, Berlín, Zúrich, París, Londres y Dublín, finalizando en Glasgow el 12 de marzo de 2025. Y mañana domingo, repite.

STAND UP COMEDY: 
JUANMA MOLINA
La Chocita del Loro. A las 21h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche inolvidable con cómicos destacados en un ambiente único, con servicio de bar para completar la experiencia. En este pase, diviértete con **Juanma Molina**, quien va más allá del monólogo clásico, combinando improvisación, imitaciones y una interacción única con el público. No te pierdas esta dosis de humor en directo y vive el fenómeno *Stand-up Comedy* para romper con la rutina.

SPEEDRITU HD 1.25 
REMIX
Sala Tarambana. A las 21h.
Anticipada 12€ en tarambana.net
y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

En Madriz, una pantera escapa del zoológico, causando pánico. El alcalde ofrece una recompensa por su cabeza, pero Dios encomienda a San Antón, patrón de los animales, salvarla y llevarla a Formentera para mantener su santidad. Junto a San Paquito, San Jacobo y San Cucufato, enfrentan situaciones surrealistas y personajes extravagantes, como un cazador redneck y un ciego vendedor romántico. Sin embargo, la pantera, lejos de cooperar, busca devorar a quien se cruce en su camino.



I EDICIÓN 
DE SKARABANCHEL FEST:
THE HILLBILLY MOON
EXPLOSION (SUIZA)
+ SIETE MUERTES
Sala Gruta 77. A las 21:30h. Anticipadas 20€ en movingtickets.com/
24€ en taquilla

SAN ISIDRO

Desde Suiza una de las bandas europeas de referencia del nuevo **Rock&Roll Country**, **The Hillbilly Moon Explosion**. Mezclan *Blues*, *Surf* y *Swing* inspirados en los sonidos más gamberros del **Rock&Roll** de los años 50 y 60. Son una de las mejores bandas europeas de un amplio universo **Rockabilly**, pero con un estilo abierto que abarca desde el Garage 60s hasta el Rhythm & Blues; **Siete Muertes**, la banda de **Horror Punk**, vienen directos desde la otra dimensión, para presentar su nuevo disco, **Costumbrismo y otros terrores**.

STAND UP COMEDY: 
MOLINA GÓMEZ
La Chocita del Loro. A las 23h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Sal de la rutina y disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los monólogos. Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país, quienes te harán reír a carcajadas. Para este pase podrás disfrutar de **Molina Gómez**, con un sencillo y genuino sentido del humor, logrando que el público se identifique totalmente, con las experiencias que comparte. Disfruta y ríe con sus ocurrencias sobre las anécdotas, costumbres, pensamientos y locuras de la vida cotidiana, que todos experimentamos.

DOMINGO 09

FESTIVAL TITIRIMBANA: 
PINUNO, PINDOS ¡PINOCHO!
Sala Tarambana. A las 12:30h.
Anticipada: 8€ en tarambana.net y
10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Teresa, la narradora de historias, ha descubierto al carpintero Geppetto con las masa... Bueno, en realidad con las manos en el tronco. El artesano está construyendo su mayor obra: «Pinocho» la marioneta más famosa del mundo. Pero ¡ajo!... id sabiendo que Pinocho, no sólo es una marioneta. Para el viejo Geppetto es como un hijo. De hecho, mientras construye a su pequeño de madera nos contará todos los cuentos que tiene planeado contarle a su Pinocho. Cuentos con juguetes y muñecos... de madera, música... de madera y muchas sorpresas... de madera. No os perdáis esta maravillosa precuela... de madera: **PinUno, PinDos... ¡PinOcho!**

LUNES 10

APERITIVO SKA PUNK: 
**SALLY BROWN +
MOTHERPUNK'RS**
Sala Gruta 77. A las 13:30h.
Anticipadas desde 5€
en movingtickets.com

SAN ISIDRO

¿Qué sucede cuando lo nuevo y lo clásico se encuentran? El próximo **aperitivo ska & punk** en **Gruta 77** es la respuesta: baile, diversión y un ambiente inigualable. **Sally Brown** celebra su 21 aniversario con ska inspirado en los años 80, un repertorioailable y una nueva formación que inaugura su año de celebraciones, con planes de lanzar disco y tocar por todas partes. Más de **dos décadas de trayectoria** los consolidan como una de las bandas referentes de la escena madrileña. **Motherpunk'rs**, una joven banda de **punk-rock**, trae energía, versiones de himnos generacionales y temas propios llenos de vitalidad. Con influencias del pop punk de los 2000, mezclan géneros para garantizar cachondeo y estribillos coreables. ¿Plan mejor? Imposible. ¡Nos vemos allí!

COMPañÍA ALBERTO QUIRÓS: LA RENDICIÓN 
Sala Tarambana. A las 19h.
Anticipada 12€ anticipada
en tarambana.net y 14€ en taquilla
VISTA ALEGRE

Un hombre. Un clown. Un dramaturgo. Un amigo. Un actor se encuentra inmerso en la creación de su última obra. Las dudas, las expectativas, las dificultades, la fantasía, las distracciones, los miedos lo llevarán a un viaje que, a través de la comicidad, la poética y el absurdo, será imposible de evitar. Autoría e interpretación: **Alberto Quirós**. Dirección: **Alberto Quirós** y **Lucio A. Baglivo**.

STAND UP COMEDY: BOTO 



La Chocita del Loro. A las 20h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com /
12€ con consumición
VISTA ALEGRE

Rompe la rutina con el mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, ríe con **Boto**, monologuista, improvisador, actor y guionista, conocido por su trabajo en **La Hora de Jose Mota**, **7 Vidas** y **Aída**. Ha grabado monólogos para **Paramount Comedy** y recorre España con su humor bajo el sello del **Club de la Comedia**.

GRACIE ABRAMS 
THE SECRET OF US TOUR



Palacio de Vistalegre. A las 20:30h.
Entradas desde 45€ en Ticketmaster
VISTA ALEGRE

La cantante y compositora nominada al GRAMMY®, **Gracie Abrams**, anuncia la etapa europea de su gira *The Secret of Us Tour*. El tour de 18 fechas comenzará este mes de febrero en Madrid y pasará por las principales ciudades de Europa: Ámsterdam, Berlín, Zúrich, París, Londres y Dublín, finalizando en Glasgow el 12 de marzo de 2025.

IV EDICIÓN DE ENSAYA CARABANCHEL ABIERTA CONVOCATORIA (ÚLTIMO DÍA) 

A las 12h. Inscripción en [Formulario de inscripción](#)

Ya está abierta la **convocatoria** de la **IV edición de Ensayo Carabanchel**. La misión de este proyecto, desarrollado por **Carabanchel Distrito Cultural**, y los locales de ensayo **Gruta 77**, **Rockland**, **Matilda** y **Madreams**, y financiado por el **Ayuntamiento de Madrid**, es la mentoría de **15 bandas** de música emergentes o de nueva creación, a través de un ciclo de formación entre marzo y julio que se desarrollará en los locales de ensayo mencionados. Los resultados de la selección se darán a conocer a finales de febrero. Las bandas interesadas en participar en este programa pueden **inscribirse hasta el 10 de febrero** <https://lc.cx/5yh-mj>.

CLUB DE LECTURA DE TEATRO 
Librería Derivas. A las 19h. 10€
+ compra del libro con
5% de descuento
OPAÑEL

Club de lectura de teatro, dinamizado por **Javier Aranzadi**. En esta ocasión charlaremos sobre *Los muertos no respetan el descanso*, de **María Velasco**.

MANDA CARALLO SHOW 
NES STEADY



Emisión en streaming.
A las 20h. www.mixcloud.com/live/mandacarallo

Manda Carallo Show recibe la visita de **Nes Steady**, una artista independiente catalana con influencias de la música jamaicana de los 60's y las olas de los 90's y 00's y exponente de una nueva generación creativa de **skapunk**. Presentará su álbum de debut, **Tot el que no he dit**, junto con la selección musical semanal del programa. Si no podéis oírlo en directo, recordad que lo tendréis disponible tras su emisión en las principales plataformas de podcasting (Mixcloud, Spotify, Ivoox, etc).

MARTES 11

ARTETERAPIA 
Centro Juvenil Carabanchel Alto.
A las 17h. Entrada libre
previa inscripción
BUENAVISTA

Ven a explorar tu potencial creativo en este espacio de autocuidado en el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Utilizareis las artes plásticas para expresaros y conoceros un poco mejor. Disponibles 12 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. 12 plazas disponibles. Más información en cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid.

MIÉRCOLES 12

CLUB DE LECTURA DE CÓMIC



Librería Derivas. A las 19:30h. 8€ + compra del libro con 5% de descuento

OPANEL

Club de lectura de cómic, dinamizado por **Efrén Tarifa**. En esta ocasión charlaremos sobre *El arte de Charlie Chan Hock Chye*, de **Sonny Liew**.

PAELLA, UNA COMEDIA GASTRO ESCÉNICA



Sala Tarambana. A las 20h. Anticipada 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis que trabaja junta, organizan una paella para presentar un proyecto clave. En escena, descubrimos que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan, difuminando los límites entre realidad y ficción en una tragicomedia burlesca. *Paella* es una comedia contemporánea que se baila, canta, cocina y se degusta al final. Con dirección de **Víctor Velasco**, aborda la igualdad de género desde una perspectiva humana. Producida por **Tarambana Teatro**. Autor: **David Fernández «Fabu»** y **Nerea Moreno**.

JUEVES 13

VOCESON – PODCAST



Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y únete a su grupo de *podcast*, graba sobre temas que te interesen y haz entrevistas a personas de referencia. Disponibles 15 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en Ink.at/centrosjuvenilesmadrid.

2025 SIN ESTRÉS TALLER DE MINDFULNESS



Virasana, centro de Yoga y terapias. A las 18:30h. Precio: 5€

VISTA ALEGRE

Una práctica que cultiva la conciencia plena de la respiración para fomentar bienestar y desarrollo personal. El *mindfulness* implica estar presente, prestando aten-

ción sin juicio al entorno, pensamientos, emociones y sensaciones físicas. Facilita **Luisa Fernanda**, presidenta de @afibrom y experta en estrés y dolor. Ven y compruébalo. **Más info e inscripciones:** 626 097 030 (María Jesús) / @virasanacentro.

SALIDA A LA ZARZUELA: LA CORTE DEL FARAÓN



Teatro de La Zarzuela (C/ Jovellanos, 4). A las 19:30h. Desde 26€

Desde el **Trotajueves**, quieren reivindicar **La Zarzuela**, el mayor género musical-teatral hispanohablante, que conserva más de 10000 registros ¡Claro que no es Ópera! La Zarzuela, además de música, combina lírica, teatro y danza en el mismo espectáculo, buscando entretener y conectar. No se restringe al público refinado, sino que es capaz de acercarse a todos los dispuestos a dejarse deslumbrar por ella. En esta sesión, se hará una salida al **Teatro de La Zarzuela** para ver *La Corte del faraón*. Las entradas se agotan rápido, por lo que es necesario confirmar asistencia cuanto antes. **Más info e inscripciones:** trotamadrid@gmail.com

EL OCASO DEL MINOTAURO



Sala Tarambana. A las 20h. Anticipada 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

El tiempo ha corrido para el Minotauro. Y consigo ha traído el olvido. Atrás quedaron los tiempos en que los suelos trepaban con su furia, el miedo se apoderaba de los hombres y los barcos portaban su leyenda. Nadie recuerda ya al anciano ser que vaga por los decrepitos pasillos del laberinto. Y en su espera eterna, en su profunda soledad, una esperanza lo alienta cada mañana: «¿Será hoy que venga Teseo a buscarme?». Autoría y dramaturgia: **Nestor Roldán** y **Pablo Paz**. Interpretación: **Pablo Paz**.

AMÓN RA, EN CONCIERTO



Sala Gruta 77. A las 21h. Anticipadas desde 5€ en movingtickets.com

SAN ISIDRO

Amón Ra se pone fecha casi en el día de los enamorados para finalizar su proyecto musical porque, de otro modo, no lo lograría. El artista, que también milita como camarero y encuentra disfrute en dicho trastorno, ofrecerá esa noche un concierto acompañado por músicos de su banda, **Las Madres**, **Melofers**, **Engendro** y otros compañeros. Amón Ra dará el cante y promete una velada inolvidable.

VIERNES 14

TORNEO DE FUTBOLÍN FASE PREVIA

Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Llega a los centros juveniles el **VII Torneo Intercentros de Fútbolín**. Esta tarde se celebran los partidos de las fases previas en cada centro y cada ganador y ganadora irá a la gran final. Apúntate en bit.ly/concursosytorneos. ¡Prepara tu mejor jugada! ¡Te están esperando! Actividad edades comprendidas entre los 14

y los 30 años. 15 plazas disponibles. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e **insíbete** en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid.

PRESENTACIÓN DE LIBRO: ♀

ELLA

Librería El Trotajueves. A las 19:30h. Entrada libre

OPAÑEL

Presentación del poemario *Ella*, de **Begoña Montes**. Presentación teatralizada con **Nanoteatro**: *Quedar con ella*, con las actrices **Sonia Peligros** y **Concha de Diego**.

OPEN MIC SAN VALENTÍN ♀

Arkose. A las 20h. Entrada 5€

VISTA ALEGRE

¿No tienes con quién pasar San Valentín y te quieres reír un rato? ¿Tienes con quién y quieres darle una sorpresa? Sea cuál sea tú situación amorosa acércate con quién quieras a pasar una tarde de risas y escalada en el **Arkose de Carabanchel** donde, además de escalar, varios monólogos te harán pasar un buen rato. Síguelos en IG para más info [@arkose.madrid](https://www.instagram.com/arkose.madrid).

STAND UP COMEDY: ♀

RAQUEL MONTALVO

La Chocita del Loro. A las 20h.

Anticipadas 10€ en dinaticket.com/ / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche única con cómicos destacados, en un ambiente íntimo y acogedor con servicio de bar. En este pase, ríe con **Raquel Montalvo** y su elegancia Kinki, un estilo cercano y auténtico, como si una vecina de confianza compartiera sus anécdotas contigo. Conecta con su humor único y vive el fenómeno *Stand-up Comedy* en una experiencia inolvidable de risas y optimismo en directo.

GDK, EN CONCIERTO ♀

Sala Tarambana. A las 21:30h. Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Con el disfrute desde la amistad y la música de otras décadas, vuelve a la **Sala Tarambana** el grupo **GdK** con nuevas canciones de la Movida Madrileña, versionando pop español, con temas propios y haciendo partícipes a sus amistades, de aquello que «¡Cualquier tiempo pasado fue mejor, o no!». Acércate a disfrutar porque... ¡Seguimos siempre jóvenes!.

PARA MAL O PARA BIEN: ♀

TRIBUTO A ROSENDO



Sala Gruta 77. A las 21:30h. Anticipadas 12€ en movingtickets.com/ / 15€ en taquilla

SAN ISIDRO

Para Mal o Para Bien es una banda de tributo a **Rosendo** que cuenta con músicos de primera línea, incluyendo a **Mariano Montero**, batería de Rosendo, y a **Conan Carmona**, bajista de Rosendo, y a **Conan Carmona**, bajista de gran trayectoria. Una noche con los temas más emblemáticos del maestro de Carabanchel, con el auténtico sonido y espíritu inconfundible.

STAND UP COMEDY: ♀

ALEJANDRO BOLI

La Chocita del Loro. A las 22h.

Anticipadas 10€ en dinaticket.com/ / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, **Alejandro Boli** presenta *Enganchado*, un monólogo que combina humor y reflexión sobre la problemática de las adicciones. Con un enfoque cómico y sincero, comparte su experiencia personal, demostrando que siempre hay una salida. Una velada de risas, optimismo y profundidad que no querrás perderte.

SÁBADO 15

ENCUENTROS DE DANZA ♀

Y CREACIÓN TEXTIL

Organiza Asociación Dan Zass.

Consultar lugar de impartición. A las 10h. Entrada libre previa inscripción

Desde **DICE** continúan realizando los **Encuentros de Danza para personas con y sin discapacidad** de todas las edades dentro del distrito de Carabanchel. El **Proyecto DICE** (Danza, Inclusión, Comunidad y Expresión) se lleva a cabo con el apoyo de la **Asociación Dan Zass** (Artes Escénicas y Diversidad) a través del **CES** (Cuerpo de Solidaridad Europeo). Este Proyecto Comunitario pretende facilitar la accesibilidad en el ámbito cultural y artístico, sensibilizar a la comunidad y generar espacios donde las personas con discapacidad desarrollen su potencial artístico y creativo. Durante los encuentros del mes de Febrero, realizaremos la escenografía para la *performance* que realizaremos en el mes de junio. Las artistas invitadas para la creación textil son **Hilando** y **Croma**. Para **inscribirte** o solicitar más información: info@danzass.com. Tlf.: 655417107 (Laura); 679289279 (Cristina); Hilando: hilandoatelier.com (web); Croma: [@cromacromacromacro](https://www.instagram.com/cromacromacromacro) (Instagram).

TALLER DE LUZ ♀

PARA BEBÉS (6-36 MESES)

Librería Derivas. A las 11h. Precio:

10€ (peque+adulto)

OPAÑEL

Formas nuevas y emocionantes en **Impresión 3D. Escenario de juego: Imprime Arte**. ¿Qué pasaría si la tecnología no solo pudiera brindarnos más tiempo y comodidad, sino también ayudarnos a expresarnos artísticamente de formas nuevas y emocionantes? En este taller contaremos con los mejores materiales de impresión 3D para jugar (reciclados y respetuosos con el medio ambiente). Más info e inscripciones: en hola@libreriaderivas.com / [@libreria_derivas](https://www.instagram.com/libreria_derivas) y en la propia librería.

HAZTE UNA TAZA O UN CUENCO ♀

Nüwa Arte y cerámica. A las

11:30h. Precio: 45€ en nuwaceramica.com

SAN ISIDRO

Crea la **taza** o el **cuenco** perfecto para ti. ¿Te imaginas desayunar en una pieza hecha con tus propias manos? En este taller de **dos horas y media**, diseñarás y construirás tu propia taza o cuenco partiendo de una plancha de barro. Además, podrás decorarla con engobes para darle tu estilo personal, todo en una sola sesión. Después, en **Nüwa Arte y Cerámica** la cuecen y esmaltan y podrás ir a recogerla terminada en unas semanas. Todos los

materiales y herramientas están incluidos en el precio. Los materiales que utilizamos son aptos para microondas y lavavajillas. ¡Los desayunos saben mucho mejor en una pieza hecha por ti!

TALLER DE PERCUSIÓN HOLÍSTICA NINAR

Candra Yoga. A las 17h el taller. A las 20h el concierto. Consultar precio.

SAN ISIDRO

Taller de conexión con el ser a través del cuerpo, la voz y la percusión. Crearéis un espacio seguro de experimentación donde podrás ganar herramientas de expresión libre a través del juego. El ritmo y la vibración os guiarán en este viaje sensorial que terminará con cánticos cuánticos. Cerraréis con un **concierto de mantras**. Puedes apuntarte a ambos o, si lo prefieres, solo al concierto. Para más información y reservas: 696 783 484 (Luzia).

SPA PARA CUERPO, MENTE Y ESPÍRITU CON YOGA RESTAURATIVO

Virasana, centro de Yoga y terapias. A las 17h. Precio: 25€

VISTA ALEGRE

Virasana centro de yoga y terapias, realizará esta práctica de **Spa con yoga restaurativo**, donde el no hacer es el protagonista, a diferencia de otros estilos más dinámicos. Es una modalidad que pueden realizar tanto personas entrenadas en la práctica de yoga o en cualquiera de sus modalidades, como personas que desconocen la sabiduría de esta práctica tan cómoda. **Más info e inscripciones:** 626 097 030 (María Jesús) / @virasana-centro.

FESTIVAL TITIRIMBANA: LOS PINTORES



Sala Tarambana. A las 17:30h. Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Entre música y baile dos jóvenes titiriteros narran con sus instrumentos de trabajo; caballete, marco, brochas, paleta; la historia de tres pichones que, si bien no han emplumado como adultos, desean correr mundo y viajar, embullados por las andanzas de un pelícano artista. En el espectáculo todo el tiempo el público quedará atrapado por los elementos y el factor sorpresa, que despierta y motiva a todo aquel que se sumerge en el viaje de estos pichones pintores. Titiriteros: **Mai-kel Valdes** y **Teresa Denisse**. Y mañana domingo, repiten.

KARAOKE PARTY

Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 18h. Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto**, a nuestra tarde de karaoke y demuestra tu talento! Canta tus canciones favoritas, diviértete con amigos y disfruta de un ambiente lleno de risas y buena música. ¡Te esperamos para hacer de esta tarde una experiencia inolvidable! Actividad para todas las edades. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el

636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid

STAND UP COMEDY: ALEJANDRO BOLI

La Chocita del Loro. A las 19h. Anticipadas 10€ en dinaticket.com/ / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, **Alejandro Boli** presenta *Enganchado*, un monólogo que combina humor y reflexión sobre la problemática de las adicciones. Con un enfoque cómico y sincero, comparte su experiencia personal, demostrando que siempre hay una salida.

EL HOSPITAL DE LOS LOCOS

Centro Cultural Fernando Lázaro Carreter. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPANEL

Actúa Teatro presente este **auto sacramental** escrito por **José Valdivieso** en el siglo XVII, pionero en nuestro **Siglo de Oro**. Es una pieza aleccionadora en la que el alma, pura y noble, es amenazada por las perversiones del hombre, encabezadas por la culpa, rectora del hospital donde se encuentran todos sus instrumentos de tentación: la envidia, la gula, la carne, el mundo y otros pecados. La única esperanza de salvación es la intervención de la razón y la inspiración para liberarla de las tentaciones. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **75 minutos**.

COPLAS. ALEJANDRO GALÁN

Centro Sociocultural García Lorca. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

BUENAVISTA

Más de veinte coplas en la voz del cantante **Alejandro Galán**, acompañadas al piano y, entre canción y canción, narra su historia, la de sus artistas y autores, dando datos de interés que harán al público vibrar y enamorarse de este género tan especial: la copla. Duración: **60 minutos**.

CÍA EADS TEATRO: QUE PASE EL SIGUIENTE

Centro Sociocultural Oporto. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPANEL

La compañía Eads Teatro presenta **Que pase el siguiente**. Faustino y Martín son dos parados que acuden a la oficina del INEM en un intento desesperado por librarse de sus responsabilidades. Allí, un extraño les ofrece la posibilidad de ganar 100.000 euros. ¿Qué estarían dispuestos a hacer por no volver a trabajar en sus vidas? Edad recomendada: **a partir de 12 años**. Duración: **75 minutos**.

PILAR CABRERA, EN CONCIERTO

Centro Cultural San Francisco - La Prensa. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

PUERTA BONITA

Por primera vez en España, procedente de Colombia, **Pilar Cabrera** presenta un espectáculo vibrante que **fusiona ritmos tradicionales y contemporáneos**. Con su poderosa voz y carisma en el escenario, cautiva al público a través de una interpretación única. Edad recomendada: **a partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

**NOCHE DE PINCHADA
CON CUDI BE GOOD,
EL HURACÁN DEL NOROESTE** 🎵
Sónico bar. A las 20h.
Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo en el Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Cudi be good**, *El huracán del noroeste*. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

STAND UP COMEDY: 🗣️
RAQUEL MONTALVO
La Chocita del Loro. A las 21h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, ríe con **Raquel Montalvo** y su elegancia Kinki, un estilo cercano y auténtico, como si una vecina de confianza compartiera sus anécdotas contigo.

SPEEDRITU HD 1.25 REMIX 🎧
Sala Tarambana. A las 21h.
Anticipada 12€ en tarambana.net
y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

En Madriz, una pantera escapa del zoológico, causando pánico. El alcalde ofrece una recompensa por su cabeza, pero Dios encomienda a San Antón, patrón de los animales, salvarla y llevarla a Formentera para mantener su santidad. Junto a San Paquito, San Jacobo y San Cucufato, enfrentan situaciones surrealistas y personajes extravagantes, como un cazador redneck y un ciego vendedor romántico. Sin embargo, la pantera, lejos de cooperar, busca devorar a quien se cruce en su camino.

EH, MERTXE! 🎵
+ THE FLAMINGOS BITE



Sala Gruta 77. A las 21:30h. **Entrada libre hasta completar aforo**

SAN ISIDRO

Los increíbles **Eh, Mertxe!**, desde La Rioja, descargarán en **Gruta 77** por primera vez con su garage rocanrolero. **The Flamingos Bite** llevarán su elegancia contundente de Rock & Roll americano. Además, **José Luis Carnes** y **GMH** desplegarán su buen gusto musical pinchando después de los bolos.

STAND UP COMEDY: 🗣️
ÁLVARO SEKO
La Chocita del Loro. A las 23h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Rompe la rutina y disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, ríe con **Álvaro Seko**, un ex carnicero convertido en monologuista, imitador y cuenta chistes. Su show variado y dinámico promete hacerte llorar de risa.

DOMINGO 16

**FESTIVAL TITIRIMBANA:
LOS PINTORES** 🎭
Sala Tarambana.

A las 12:30h. Anticipadas 8€
en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Entre música y baile dos jóvenes titiriteros narran con sus instrumentos de trabajo; caballete, marco, brochas, paleta; la historia de tres pichones que, si bien no han emplumado como adultos, desean correr mundo y viajar, embullados por las andanzas de un pelicano artista. En el espectáculo todo el tiempo el público quedará atrapado por los elementos y el factor sorpresa, que despierta y motiva a todo aquel que se sumerge en el viaje de estos pichones pintores. Titiriteros: **Mai-kel Valdes** y **Teresa Denisse**.

CÍA TATIRA TEATRO: 🎭
**TILDE Y VAMPY,
AVENTURAS SIN FIN**
Centro Sociocultural Oporto.

A las 12:30h.

Entrada libre
hasta completar aforo

OPAÑEL

La Compañía **Tatira Teatro** presenta **Tilde y Vampy aventuras, sin fin**, una historia llena de sorpresas y narraciones rellenas de colores donde se destaca el **respeto a las mascotas** y a todos los animales. Los personajes asumen su protagonismo en el mundo de los cuentos a través de historias dinámicas, llenas de aventuras, magia, sueños e ilusiones. Edad recomendada: **A partir de 4 años**. Duración: **55 minutos**.

**ESCIPIONES
+ RAGE AGAINST DE MADRIZ
EN BENEFICIO DE SOLYDARYDARSE** 🎵

Sala Gruta 77. A las 19h.

Anticipadas 7€ anticipadas
en movingtickets.com/ / 10€
en taquilla

SAN ISIDRO

La sala **Gruta 77** acoge un concierto **benéfico** para apoyar el proyecto de becas destinadas a niñas de la escuela rural **Sri Aurobindo Integral School** en Basundhara, **India**. Este proyecto, una iniciativa conjunta de un estudiante de bachillerato y la **Asociación Solydarydarse**, busca recaudar fondos para garantizar el acceso a la educación de estas niñas. Participan de forma totalmente altruista el **Gruta 77** y los grupos **Escipiones** y **Rage Against de Madriz**, junto a un equipo de colaboradores que han aportado su tiempo, esfuerzo y conocimientos con entusiasmo. La música y la solidaridad se unen en este evento que promete ser una noche inolvidable, demostrando que el arte puede ser una herramienta poderosa para el cambio social. ¡No faltes!

**COMPAÑÍA ALBERTO
QUIRÓS: LA RENDICIÓN** 🗣️

Sala Tarambana. A las 19h.

Anticipada 12€ anticipada
en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Un hombre. Un clown. Un dramaturgo. Un amigo. Un actor se encuentra inmerso en la creación de su última obra. Las dudas, las expectativas, las dificultades, la fantasía, las distracciones, los miedos lo llevarán a un viaje que, a través de la comicidad, la poética y el absurdo, será imposible de evitar. Autoría e interpretación: **Alberto Quirós**. Dirección: **Alberto Quirós** y **Lucio A. Baglivo**.

STAND UP COMEDY: PABLER CABRERA



La Chocita del Loro. A las 20h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Rompe la rutina y disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, diviértete con **Pabler Cabrera**, quien comparte sus desvaríos y locuras en un show de humor cotidiano, perspicaz y absurdo que te hará reír a carcajadas.

LUNES 17

MANDA CARALLO SHOW 🎵

Emisión en streaming.

A las 20h. www.mixcloud.com/live/mandacarallo

Mirando hacia el Sur desde una azotea de Carabanchel (Madrid, Spain), tenemos una nueva sesión de **Manda Carallo Show**, dedicado a la **música de influencia jamaicana** y en el que nos ponen al día de los lanzamientos discográficos, entrevistas, festivales, etc. de este género en el ámbito nacional e internacional con unas señas de identidad muy vinculadas al distrito de **Carabanchel**. Si no podéis oírlo en directo, recordad que lo tendréis disponible tras su emisión en las principales plataformas de podcasting (Mixcloud, Spotify, Ivoox, etc).

MARTES 18

ARTETERAPIA 🎓

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre
previa inscripción

BUENAVISTA

Ven a explorar tu potencial creativo en este espacio de autocuidado en el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Utilizaréis las artes plásticas para expresaros y conoceros un poco mejor. Disponibles 12 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. 12 plazas disponibles. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid

CHOCOCHARLAS 🎓

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 18h. Entrada libre
previa inscripción

BUENAVISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** a disfrutar de las **charla-debate** sobre temas de interés de la juventud. Ven y resuelve tus dudas sin tabúes... Disponibles 30 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. En colaboración con el Centro Municipal de Salud Comunitaria de Carabanchel. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid.

MIÉRCOLES 19

PAELLA, UNA COMEDIA GASTRO ESCÉNICA 🎭



Sala Tarambana. A las 20h. Anticipada 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis que trabaja junta, organizan una paella para presentar un proyecto clave. En escena, descubrimos que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan, difuminando los límites entre realidad y ficción en una tragicomedia burlesca. *Paella* es una comedia contemporánea que se baila, canta, cocina y se degusta al final. Con dirección de **Víctor Velasco**, aborda la igualdad de género desde una perspectiva humana. Producida por **Tarambana Teatro**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **David Fernández «Fabu»** y **Nerea Moreno**.

JUEVES 20

VOCESON – PODCAST 🎧

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y únete a su grupo de **podcast**, graba sobre temas que te interesen y haz entrevistas a personas de referencia. Disponibles 15 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en lnk.at/centrosjuvenilesmadrid

CLUB DE LECTURA FEMINISTA 📖



Librería Derivas. A las 19h. Precio: 10€ + compra del libro con 5% de descuento

OPANEL

Club de lectura feminista, dinamizado por **Paula Bordonada**. En esta ocasión charlaremos sobre *La vegetariana*, de **Han Kang**. Ambientada en el Seúl contemporáneo, la novela cuenta la historia de Yeong-hye, una ama de casa que tras tener un sueño decide hacerse vegetariana. Esta decisión trae consigo una serie de consecuencias para ella y su familia.

EL CARNAVAL EN EL ARTE 🎨

Centro Cultural San Francisco - La Prensa. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

PUERTA BONITA

Curabitur presenta *El Carnaval en el Arte*, donde nos acercarán a la fiesta del Carnaval que ha inspirado a infinidad de pintores y artesanos de todos los tiempos. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

EL OCASO DEL MINOTAURO 🎧

Sala Tarambana. A las 20h.
Anticipada 12€ en tarambana.net
y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

El tiempo ha corrido para el Minotauro. Y consigo ha traído el olvido. Atrás quedaron los tiempos en que los suelos temblaban con su furia, el miedo se apoderaba de los hombres y los barcos portaban su leyenda. Nadie recuerda ya al anciano ser que vaga por los decrepitos pasillos del laberinto. Y en su espera eterna, en su profunda soledad, una esperanza lo alienta cada mañana: «¿Será hoy que venga Teseo a buscarme?». Autoría y dramaturgia: **Nestor Roldán y Pablo Paz.** Interpretación: **Pablo Paz.**

NENO Y LOS SUYOS + BANDA INVITADA 🎵

Sala Gruta 77. A las 21:30h. Anticipadas 12€ en movingtickets.com/
15€ en taquilla

SAN ISIDRO

Neno, conocido por ser vocalista y bajista de **ConMora**, banda de Rock callejero y urbano que destacó como relevo generacional del género, presenta su nuevo proyecto, **Neno y Los Suyos**, con un disco en formato trío. Este trabajo destila puro **Rock and Roll** inspirado en bandas como Rosendo, Los Enemigos, Alarma, Platero y Tú o Cannallas. La inconfundible voz de Neno, con su estilo único y registro personal, sigue siendo un sello de calidad para los amantes del Rock en castellano. Una propuesta que consolida su trayectoria y promete conquistar a nuevos y viejos seguidores.

STAND UP COMEDY: LUISMI 🎤

La Chocita del Loro. A las 22h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche inolvidable con **Luismi**, quien combina humor ingenioso, imitaciones y gestos para explorar temas como Star Wars, el murciano como idioma oficial y azafatas tipo Robocop. Con monólogos hilados y toques de improvisación, su espectáculo te hará reír a carcajadas. Completa la experiencia con un ambiente único y servicio de bar. No te pierdas esta velada de *Stand-up Comedy* llena de risas y optimismo.

VIERNES 21

TALLER: PREPARA TU DISFRAZ 🎨
Centro Sociocultural Blasco Ibáñez. A las 18h. Entrada libre previa inscripción

SAN ISIDRO

¡Vive la magia del carnaval! Únete a este taller y aprende a crear tus propios disfraces, máscaras y adornos con técnicas creativas. Diviértete y da rienda suelta a tu imaginación para celebrar el carnaval de una manera única y colorida. Edad recomendada: **No recomendado para menores de 5 años.** Duración: **60 minutos.** Para participar en las actividades hay que **reservar plaza** en el 91 428 05 54 o presencialmente en el centro cultural.

500 PALABRAS 🎤

Factoría Jarana. A las 20h.
Desde 12€ en eventim-light.com
y en instagram.com/factoria_jarana

COMILLAS

Factoría Jarana presenta **500 palabras**, un evento que surge de una convocatoria de dramaturgxs de cartas de motivación no seleccionadas. Unx directorx y unxs intérpretes seleccionadxs llevarán a escena estos textos. ¡Vente a verlo!

STAND UP COMEDY: ALBERVIL 🎤



La Chocita del Loro. A las 20h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com/
12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. En este pase, **Albervil**, con más de 15 años de experiencia, combina humor inteligente y observacional, abordando temas cotidianos con los que conectarás al instante. Su capacidad de improvisación y cercanía con el público garantizan una experiencia única, llena de risas y optimismo.

CONCIERTO ACÚSTICO: CHEGA GÓMEZ 🎵

Librería El Trotajueves. A las 20h.
Entradas 7€ con consumición

OPAÑEL

Concierto acústico de **Chega Gómez** en **Librería El Trotajueves.** Canciones propias, nuevas y viejas.

SÁBADO 22

ENCUENTROS DE DANZA Y CREACIÓN TEXTIL 🎨

Organiza Asociación Dan Zass.
Consultar lugar de impartición. A las 10h. Entrada libre previa inscripción

Desde **DICE** continúan realizando los **Encuentros de Danza para personas con y sin discapacidad** de todas las edades dentro del distrito de Carabanchel. El **Proyecto DICE** (Danza, Inclusión, Comunidad y Expresión) se lleva a cabo con el apoyo de la **Asociación Dan Zass** (Artes Escénicas y Diversidad) a través del **CES** (Cuerpo de Solidaridad Europeo). Este Proyecto Comunitario pretende facilitar la accesibilidad en el ámbito cultural y artístico, sensibilizar a la comunidad y generar espacios donde las personas con discapacidad desarrollen su potencial artístico y creativo. Durante los encuentros del mes de Febrero, realizaremos la escenografía para la *performance* que realizaremos en el mes de junio. Las artistas invitadas para la creación textil son **Hilando** y **Croma**. Para **inscribirte** o solicitar más información: **info@danzass.com**. Tlf.: 655417107 (Laura); 679289279 (Cristina); Hilando: hilandoatelier.com (web); Croma: @cromacromacroma (Instagram).

HAZTE UNA MÁSCARA DE CARNAVAL 🎨



Nüwa Arte y cerámica. A las 11h.
Precio: 60€ en nuwaceramica.com

SAN ISIDRO

Nüwa Arte y cerámica te invita a imaginar, diseñar y dar forma a tu propia más-

cara de cerámica, una pieza única que refleje tu estilo y creatividad. Con este **taller de máscaras de carnaval** empezarás desde cero, modelando el barro con tus manos, y luego la decorarás con engobes para darle ese toque especial que la hará inigualable. En Nüwa se encargarán de la cocción y esmaltado para darle el acabado perfecto. En 3 o 4 semanas, tu máscara estará lista para que la recojas. No necesitas experiencia previa, ya que iréis paso a paso para que disfrutes al máximo de esta experiencia creativa. **¡Una oportunidad perfecta para crear algo único este Carnaval!**

EDUCAPOP: CARNIVAL ROCK 
Centro Sociocultural Oporto. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPAÑEL

Educapop presenta *Carnival Rock*, un concierto con un repertorio de canciones de bandas cuyos cantantes van disfrazados, como Alaska, Tino Casal, Mecano, Cher... Edad recomendada: **a partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

TALLER DE COLLAGE 



The River Espacio Multidisciplinar. Precio: 25€, materiales incluidos en theriver.es

SAN ISIDRO

Durante 3 horas, haremos un recorrido rápido por la vida de **Hannah Höch** (1889-1978), una de las artistas dadaístas que trabajó la técnica del fotomontaje, siendo, además una importante activista de los derechos de la mujer y veremos algunas de sus composiciones para después pasar al papel, dónde haremos nuestro propio collage a través de dos dinámicas diferentes. Taller para adultos, impartido por **Tania Núñez** (Instagram @liber_tania). Más info e inscripciones: www.theriver.es o en el teléfono 665 775 046.

FESTIVAL TITIRIMBANA: MAR DE ARENA 
Sala Tarambana. A las 17:30h.
Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Koruku, el descorchador oficial de **Mar de Arena**, un planeta imaginario pero real, viaja al “pie del océano” para abrir botellas desenterradas. En su camino, encuentra seres creados con retazos que reflejan su propósito vital, su Ikigai. Todos comparten la creencia en un mensaje dentro de una botella capaz de transformar el planeta. Esta obra invita al público a completar lo que no ve con su imaginación. Creada, dirigida e interpretada por **Brígida Molina**, es una experiencia poética y reflexiva. **Y mañana domingo, repite.**

DUO CARTER & REYES JÓVENES + CLÁSICOS EN CARABANCHEL 
Centro Sociocultural San Francisco-La Prensa. A las 19h. Entrada libre

PUERTA BONITA

El dúo de **Willard Carter** (violonchelo) y **Maurizio Arroyo Reyes** (piano) une

a dos músicos excepcionales con destacadas trayectorias. Carter ha brillado en escenarios como el Wigmore Hall y el Festival de Gstaad, siendo reconocido como Rising Star por Classic FM. Arroyo Reyes, galardonado con el Primer Premio en la Edwin Fischer Sommerakademie, ha actuado como solista con importantes orquestas británicas. Juntos, combinan virtuosismo y sensibilidad, consolidándose como referentes en la música de cámara clásica actual.

STAND UP COMEDY: FERNANDO «EL PELAO» 
La Chocita del Loro. A las 19h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Rompe la rutina con el mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche inolvidable con **Fernando “El Pelao”**, quien ofrece un espectáculo divertido y personalizado, creando contenido exclusivo basado en el público. Con su ingenio, transforma tus ocupaciones y lugares en una visión cómica única.

ALMA DE BOQUERÓN 
Centro Sociocultural García Lorca.
A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

BUENAVISTA

Alma de boquerón es una banda formada en Gracia (Barcelona) en 2014. Se presentan hoy con un repertorio de **rumba, folk, tango, pop, flamenco y country**, combinando estos géneros con acordes de bolero, matices latinos y letras con humor y ternura que describen su manera de entender la vida y el amor. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

EL MAQUINISTA DE LA GENERAL 
Centro Cultural Fernando Lázaro Carreter. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

OPAÑEL

VoCaLe presenta *El Maquinista de La General*. Un clásico del cine mudo, una **joya cinematográfica** valorada como tal por los amantes del cine, una obra maestra de **Buster Keaton**, base de este espectáculo. La **banda sonora** de la película **cantada en directo**. Una forma totalmente diferente de volver a disfrutar, o hacerlo por primera vez, de esta gran película. Algo diferente que recordar y que compartir y que **nunca anteriormente ha sido presentado al público**. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **70 minutos**.

THE LAST AIRBENDER 



Palacio de Vistalegre. A las 19:30h.
Entradas desde 50€ en Ticketmaster

VISTA ALEGRE

Sumérgete en *Avatar: The Last Airbender In Concert*, un espectáculo musical único que combina más de dos horas de orquesta en vivo con los mejores momentos de la icónica serie. Tambores taiko, erhus, violines y clarinetes recrean la in-

olvidable banda sonora mientras escenas favoritas se proyectan en pantalla gigante, transportando al público al mundo de Aang, Katara, Zuko y más.

SALIDA A LA ÓPERA: PATAGONIA

Teatro de La Zarzuela (C/ Jove-llanos, 4). A las 19:30h. Inscripción previa.

OPAÑEL

Desde la librería el **Trotajueves**, se está organizando, para este 22 de febrero, una salida al **Teatro de La Zarzuela** para ver la ópera **Patagonia**, una obra creada en 2022 en Chile. Es su estreno en España. Las entradas se agotan rápido, por lo que es necesario confirmar asistencia cuanto antes escribiendo a **trotamadrid@gmail.com**; o en el teléfono **651 189 883**.

NOCHE DE PINCHADA CON METALLIC'KO, EL HURACÁN DEL NOROESTE

Sónico bar. A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo en el Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Metallic'ko. Rock & roll y punk a 45 rpm**. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

SPEEDRITU HD 1.25 REMIX

Sala Tarambana. A las 21h. Anticipada 12€ en **tarambana.net** y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

En Madriz, una pantera escapa del zoológico, causando pánico. El alcalde ofrece una recompensa por su cabeza, pero Dios encomienda a San Antón, patrón de los animales, salvarla y llevarla a Formentera para mantener su santidad. Junto a San Paquito, San Jacobo y San Cucufato, enfrentan situaciones surrealistas y personajes extravagantes, como un cazador redneck y un ciego vendedor romántico. Sin embargo, la pantera, lejos de cooperar, busca devorar a quien se cruce en su camino.

STAND UP COMEDY: NACHO PUNTO G

La Chocita del Loro. A las 21h. Anticipadas 10€ en **dinaticket.com** / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche única con **Nacho Punto G**, quien combina humor blanco y una improvisación fresca para ofrecer una velada inolvidable. Con su estilo pícaro y divertido, promete no dejar a nadie indiferente.

MAJAICANS + CHANDRAN

Sala Gruta 77. A las 21:30h. Anticipadas 11€ en **movingtickets.com** / 14€ en taquilla

SAN ISIDRO

Fundada en 2003, **Majaicans** es una banda madrileña amante de los sonidos jamaicanos del ska y el reggae. Con casi 20 años de trayectoria, su fusión de ritmos sincopados con otros géneros menos tropicales los ha llevado a tocar por toda la geografía peninsular, editar dos discos y participar en varios recopilatorios. Su formación de diez músicos apuesta por el movimiento, la reflexión y el baile. Les acompañan en el escenario del Gruta, **Chandran**.

STAND UP COMEDY: CARLOS MARTÍNEZ

La Chocita del Loro. A las 23h. Anticipadas 10€ en **dinaticket.com** / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Rompe la rutina con el mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche única con **Carlos Martínez**, destacado por su estilo irreverente y provocador que lo ha consolidado como uno de los grandes del *stand-up comedy* en España. Con un talento innato para interpretar historias con claridad y contundencia, promete una velada llena de risas y optimismo.

DOMINGO 23

ENCUENTRO CELEBRACIÓN III ANIVERSARIO FACTORÍA JARANA

Factoría Jarana. A las 12h. Entrada libre hasta completar aforo

COMILLAS

Factoría Jarana organiza este encuentro de amigxs y compañerxs del sector para compartir y celebrar el **tercer año** de Factoría Jarana en **Carabanchel**. Artistas invitados, música y tomarse un algo para alimentar las ganas de continuar.

LOS SECRETOS ESCONDIDOS EN LOS CUENTOS

Centro Sociocultural García Lorca. A las 12:30h. Entrada libre hasta completar aforo

BUENA VISTA

Cuando un autor o autora escribe un libro, deja siempre escondido en su interior un mensaje secreto. Las estanterías de las bibliotecas están llenas de secretos. ¿Quieres conocerlos? Acércate a ver qué aprende **la jirafa Timotea**, o qué descubre el oso **Urko**, o por qué las liebres duermen con un ojo abierto y otro cerrado. ¡Acércate! No te lo pierdas. Te esperan. Edad recomendada: **A partir de 3 años**. Duración: **60 minutos**.

TALLER: PREPARA TU DISFRAZ

Centro Cultural San Francisco - La Prensa. A las 12:30h. Entrada libre previa inscripción

PUERTA BONITA

¡Vive la magia del carnaval! Únete a este taller y aprende a crear tus propios disfraces, máscaras y adornos con técnicas creativas. Diviértete y da rienda suelta a tu imaginación para celebrar el carnaval de una manera única y colorida. Edad recomendada: **No recomendado para menores de 5 años**. Duración: **60 minutos**. Para participar en las actividades hay que **reservar plaza** en el 91 428 05 54 o presencialmente en el centro cultural.

FIRULETE TEATRO: VIAJERO Y GUARDAVÍA

Centro Cultural Fernando Lázaro Carreter. A las 12:30h. Entrada libre hasta completar aforo

OPAÑEL

Viajero y Guardavía, de **Firulete Teatro**, nos trae a John Patrick Wayne, un cowboy soñador, que nos narra la historia de Ovidio, un poeta que desea viajar a Ninguna Parte tomando el expreso de las 7:00. A lo largo de su viaje, deberá enfrentarse al Guardavía, que intentará impedir su partida, lo que obligará a Ovidio a usar ingenio y estrategias. Edad recomendada: **A partir de 3 años**. Duración: **60 minutos**.

FESTIVAL TITIRIMBANA: MAR DE ARENA



Sala Tarambana. A las 17:30h.
Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Koruku, el descorchador oficial de **Mar de Arena**, un planeta imaginario pero real, viaja al "pie del océano" para abrir botellas desenterradas. En su camino, encuentra seres creados con retazos que reflejan su propósito vital, su Ikgai. Todos comparten la creencia en un mensaje dentro de una botella capaz de transformar el planeta. Esta obra invita al público a completar lo que no ve con su imaginación. Creada, dirigida e interpretada por **Brígida Molina**, es una experiencia poética y reflexiva.

COMPAÑÍA ALBERTO QUIRÓS: LA RENDICIÓN

Sala Tarambana. A las 19h. Anticipada 12€ anticipada en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Un hombre. Un clown. Un dramaturgo. Un amigo. Un actor se encuentra inmerso en la creación de su última obra. Las dudas, las expectativas, las dificultades, la fantasía, las distracciones, los miedos lo llevarán a un viaje que, a través de la comicidad, la poética y el absurdo, será imposible de evitar. Autoría e interpretación: **Alberto Quirós**. Dirección: **Alberto Quirós** y **Lucio A. Baglivo**.

STAND UP COMEDY: J. PIQUERAS

La Chocita del Loro. A las 20h.
Anticipadas 10€ en dinaticket.com / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Disfruta del mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche única con **J. Piqueras**, quien transforma preocupaciones cotidianas en carcajadas con su "terapia" humorística que conecta profundamente con el público.

LUNES 24

MANDA CARALLO SHOW SKARNAVAL!



Emisión en streaming.
A las 20h. www.mixcloud.com/live/mandacarallo

Manda Carallo Show ya está de carnaval. Llegó a la azotea con la mejor selección de música brasileña de influencia jamaicana que se hace en la actualidad: OBMJ, Brasilia Ska Jazz, Viajantes Estelares, Victor Rice, Buena Onda Reggae Club, Ba-Boom y más, todo ello aderezado con los ingredientes habituales de este espacio semanal de entretenimiento que produce en una azotea de Carabanchel. Si no podéis oírlo en directo, recordad que lo tendréis disponible tras su emisión en las principales plataformas de podcasting (Mixcloud, Spotify, Ivoox, etc).

MARTES 25

24H CON LUCIFER. EXPOSICIÓN DE PINTURA

Espac101. A las 16h. Entrada libre

SAN ISIDRO

Espac101 presenta la exposición **24H con Lucifer**, organizada por la directora de arte **Bel Gonyalons** y el modelo de bellas artes **Peter Galkin**. Esta exposición de pintura trae diez miradas en torno a la figura de **Lucifer** de la mano de sus pintores, quienes nos contarán cómo bajaron a los mismísimos infiernos para pintar en vivo a Lucifer durante 24 horas. Se podrá visitar hasta las 21h.

ARTETERAPIA

Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Ven a explorar tu potencial creativo en este espacio de autocuidado en el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Utilizaréis las artes plásticas para expresaros y conoceros un poco mejor. Disponibles 12 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. 12 plazas disponibles. Más información en cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e inscríbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid

MIÉRCOLES 26

CLUB DE LECTURA FEMINISTA

Librería Derivas. A las 19h. Precio: 10€ + compra del libro con 5% de descuento

OPANEL

Club de lectura feminista, dinamizado por **Paula Bordonada**. En esta ocasión charlaremos sobre *La vegetariana*, de **Han Kang**. Ambientada en el Seúl contemporáneo, la novela cuenta la historia de Yeong-hye, una ama de casa que tras tener un sueño decide hacerse vegetariana. Esta decisión trae consigo una serie de consecuencias para ella y su familia.

PAELLA, UNA COMEDIA GASTRO ESCÉNICA

Sala Tarambana. A las 20h. Anticipada 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y **Federico**, una pareja en crisis que trabaja junta, organizan una paella para presentar un proyecto clave. En escena, descubrimos que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan, difuminando los límites entre realidad y ficción en una tragicomedia burlesca. *Paella* es una comedia contemporánea que se baila, canta, cocina y se degusta al final. Con dirección de **Victor Velasco**, aborda la igualdad de género desde una perspectiva humana. Producida por **Tarambana Teatro**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **David Fernández «Fabu»** y **Nerea Moreno**.

JUEVES 27

VOCESON – PODCAST

Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y únete a su grupo de **podcast**, graba sobre temas que te interesen y haz

entrevistas a personas de referencia. Disponibles 15 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en Ink.at/centrosjuvenilesmadrid

CLUB DE LECTURA FEMINISTA

Librería Derivas. A las 19h. Precio: 10€ + compra del libro con 5% de descuento

OPANEL

Club de lectura feminista, dinamizado por **Paula Bordonada**. En esta ocasión charlaremos sobre *La vegetariana*, de **Han Kang**. Ambientada en el Seúl contemporáneo, la novela cuenta la historia de Yeong-hye, una ama de casa que tras tener un sueño decide hacerse vegetariana. Esta decisión trae consigo una serie de consecuencias para ella y su familia.

BULLET FOR MY VALENTINE & TRIVIUM



Palacio de Vistalegre. A las 19h. Entradas desde 58€ en Ticketmaster

VISTA ALEGRE

Bullet For My Valentine y **Trivium** se unen para una épica gira *Route Resurrection: «The Poisoned Ascendancy Tour»*. Un concierto ideal para los amantes del género porque se conmemora el 20º aniversario de dos álbumes icónicos: *The Poison*, el increíble debut de **Bullet For My Valentine** que los catapultó a la fama mundial, y *Ascendancy* de **Trivium**, su segundo álbum y un clásico del metal moderno que marcó a una generación y los convirtió en unos referentes del Metal. Además, en este gran directo estarán acompañados de dos grandes artistas invitados: uno de ellos será **Orbit Culture** y en breves conoceremos el otro invitado de la gira, que se anunciará más adelante.

VIERNES 28

ORQUESTA DE GUITARRAS DE MADRID

Centro Cultural San Francisco - La Prensa. A las 19h. Entrada libre hasta completar aforo

PUERTA BONITA

La **Orquesta de Guitarras de Madrid** nace con la vocación de promover y difundir los valores de la guitarra española, construyendo un punto de encuentro para guitarristas. Ofrecerá un repertorio que hará las delicias del público. Edad recomendada: **A partir de 12 años**. Duración: **60 minutos**.

ARKOSE CLIMB AND SING

Arkose. A las 19:30h

VISTA ALEGRE

¿Eres un artista emergente? ¿Te gustaría mostrar tu talento a más gente? Acércate a dar a conocer alguna de tus canciones o poesías y pasar un buen rato en el nuevo rocódromo del barrio, un *secret spot*. Un lugar donde olvidarte del ajeteo diario, ejercitar cuerpo y mente, hacer amigos y descubrir tus propios límites. Síguelos en IG para más info @arkose.madrid.

STAND UP COMEDY: GUSTAVO BIOSCA

La Chocita del Loro. A las 20h.

Anticipadas 10€ en dinaticket.com / 12€ con consumición

VISTA ALEGRE

Rompe la rutina con el mejor humor en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos. Vive una noche única con **Gustavo Biosca**, conocido por su humor ácido y provocativo. Guionista de programas como **Comedy Central**, **Museo Coconut** y **Sopa de Gansos**, este cómico promete arrancarte carcajadas en un ambiente acogedor con servicio de bar. No te pierdas esta experiencia de *Stand-up Comedy* llena de humor y optimismo, perfecta para una velada inolvidable.

PRESENTACIÓN DE LIBRO: LO PEOR QUE LE PUEDE PASAR, DE TERESA OLALLA



Biblioteca pública municipal Ana María Matute. A las 20h. Entrada libre

SAN ISIDRO

Por el primer aniversario de la publicación de la novela **Lo peor que le puede pasar**, de **Teresa Olalla** se hará una presentación-coloquio, con el objetivo de crear un espacio de diálogo sobre literatura y conceptos como el éxito, la salud mental y la ocultación del malestar, la mujer en todos los ámbitos de la vida (trabajo, familia, pareja) y las diferencias en estos ámbitos con los hombres. Contará con la **presencia de la autora**, quien firmará ejemplares del libro.

NOCHE DE PINCHADA CON MANU MENTAL Y MALDITO CHARLIE



Sónico bar. A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo en el **Sónico Beat, Beer, Bar**. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Manu mental** y **Maldito Charlie**. Un **Charnobyl musical**. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

J. TEIXI BAND + THE MIDNITE BRAWLERS

Sala Gruta 77. A las 21:30h. Anticipadas 12€ en movingtickets.com / 15€ en taquilla

SAN ISIDRO

Jornada de **Rhythm & Blues** con bandas del delta del Manzanares. **J. Teixi Band**, encabezada por **Javier Teixidor**, exlíder de Mermelada, y exmiembros de Los Elegantes, ofrecen un espectáculo vibrante con letras en castellano, calidad y potencia. Su sonido abarca desde el *soul* hasta el *blues*, consolidándose como abanderados de la música negra en España. **The Midnite Brawlers**, expertos en

contagiar la energía del blues de Chicago, el *soul* de la *Stax* y el *rhythm & blues* de Nueva Orleans, prometen estremecer, divertir y hacer bailar. Con músicos de amplia experiencia en formaciones como **The Downtown Alligators** y **Suevicha**, garantizan una noche inolvidable. Rock, soul y blues en estado puro.

NADAJU TRÍO JAZZ CONTEMPORÁNEO



Sala Tarambana. A las 21:30h.
Anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Nadaju Trío nació en 2018 para expresar inquietudes musicales a través de melodías, ritmo y sonido, sin necesidad de letras. A la batería está **Juanlu Blanco**, integrante de Psilicon Flesh y Autouniverso. **Nacho Laguna**, exbajista de Corcobado y los Chatarreros, aporta su experiencia y trayectoria solista con tres discos. Al piano, **David G. Bonacho**, compositor de bandas sonoras y exintegrante de Soul Bisontes. Juntos, este trío combina talento y creatividad, ofreciendo una experiencia musical única e introspectiva.

EXPOSICIONES



METAMORFOSIS

The River. Hasta el 12 de febrero.
Entrada libre.

SAN ISIDRO

Exposición de collages analógicos realizados por la artista **Tania Núñez**. (Instagram [@liber_tania](https://www.instagram.com/liber_tania)). Consultar horarios de visitas en info@theriver.es. Más info: www.theriver.es o en el teléfono 665 775 046.

JUNTURA

Un Lugar (espacio curatorial de Oscar Manrique). Del 25 de febrero al 2 de marzo. Entrada libre.

SAN ISIDRO

Exposición colectiva donde convergen arte y diseño en un espacio que celebra la intersección de disciplinas para reimaginar formas de expresión. **Alejandra Domic, Alicia Martín, Barbara Long, Estefanía Martín Saenz, Iria Martínez, Marta Pascual.** Invitada: **Alejandra Gandía Blasco.** Instalación floral "site specific" por [@historiadeun-sombbrero](https://www.instagram.com/historiadeun-sombbrero) / [@unlugarbymanriq](https://www.instagram.com/unlugarbymanriq)

CURSOS · TALLERES

CURSO INTENSIVO: ENSAYANDO BERNARDA EN NUEVA YORK

VISTA ALEGRE

Laboratorio de investigación y creación sobre la obra de Federico García Lorca dirigido a intérpretes, actrices, actores, performers interesados en profundizar en los procesos artísticos en relación a la palabra, cuerpo poético, y la apertura del imaginario a textos de gran calado. Impartido por **Consuelo Trujillo** en **Centro del Actor** (C/ Dolores Armengot). Días 12, 13, 14, 19, 20 y 21 de febrero de 16h a 21h. Más info e inscripciones: info@centrodelactor.com.

COBARDES, VILLANOS Y PERVERSOS

VISTA ALEGRE

Este ciclo consta de dos talleres mensuales diseñados para entrar en la oscuridad del personaje como motor primario y generador de acción, profundizando en las herramientas necesarias para construir personajes complejos y oscuros desde una perspectiva técnica. En **Centro del Actor** (C/ Dolores Armengot). Días 1 y 2 de febrero y 8 y 9 de marzo de 10:30h a 18:30h. Más info e inscripciones: info@centrodelactor.com

INVESTIGANDO CON EL PERSONAJE



VISTA ALEGRE

Este curso propone un viaje de transformación, donde el actor se convierte en el personaje explorando su fisicalidad y psicología a través del análisis de su carácter. Trabajarás con un personaje de un texto teatral o cinematográfico durante todo el curso. Te llevarás una escena grabada para tu videobook. Impartido por **Carlos García, Cristina Segovia, Miguel Bardem** y **Lorena Bayonas**. Formato presencial: 72 horas distribuidas en ocho sesiones de ocho horas y dos sesiones de cuatro horas. En **Centro del Actor** (C/ Dolores Armengot). Más info e inscripciones: info@centrodelactor.com

MASTERCLASS DE GUITARRA

Centro Juvenil Carabanchel Alto.
Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

Si quieres aprender a tocar la guitarra española no pierdas la oportunidad de apuntarte a esta **Masterclass de guitarra** que organiza **todos los miércoles** de diciembre el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Disponibles 12 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilsmadrid.com o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en www.nk.at/centrosjuvenilsmadrid

CLASES DE YOGA Y PILATES

VISTA ALEGRE

El yoga relaja cuerpo y mente a la vez que abre las articulaciones y estira la musculatura corporal; el pilates trabaja desde el centro del cuerpo, utilizando una respiración adecuada y fortalece el cuerpo protegiendo la columna vertebral. Estas clases cogen lo mejor de cada disciplina para dar a cada persona lo que necesita. Grupos reducidos con atención personalizada. Las clases son impartidas por **profesionales** y tienen lugar todos los **miércoles** de **17:30 a 18:45** o de **19:00 a 20:15** en **Asociación Vecinal Carabanchel Bajo**. Precio: **35€/mes**. Más información e inscripciones 678 053 328 (Adrian) o 625 776 213 (Yolanda).

CLASES DE DANZA ESCUELA DE DANZA ESTHER RECUERO

COMILLAS

La **escuela de danza Esther Recuero**, con 30 años de trayectoria en el barrio de Comillas, ha formado a miles de alumnos

en **Danza Clásica, Española, Moderna y Flamenco**, desde nivel **iniciación** hasta **profesional**. Ofrecen clases para todas las edades, desde los 3 años, con un enfoque tanto profesional como recreativo. Acércate a conocer el centro y prueba una clase sin compromiso. Matriculación siempre abierta. Más info: **lunes a viernes de 17h a 21h**; Tel. 914 693 973, WhatsApp: 605 043 978, email: info@danzaer.es. web: www.danzaer.es.

CURSO CONSCIENCIA CRISTAL

PUERTA BONITA

El curso **Consciencia Cristal** explora el uso ancestral y contemporáneo de los cristales como herramientas de sanación y conexión espiritual. El programa combina teoría con práctica, incluyendo sintonización, protocolos energéticos y terapia con cristales. Se impartirá los días **15 y 16 de febrero de 2025**. Precio: 160€. En **Darrannur**. Más info e inscripciones: info@lamagadeloscristales.com

TALLERES DE TEATRO EN LA BANDA

SAN ISIDRO

La **asociación cultural LaBanda**, junto a **Lola Sevilla**, pedagoga y actriz con años de experiencia, están organizando un taller de teatro de **febrero a junio**. Formarán **dos grupos**, uno de **adultos** y otro dirigido a **niñas y niños de 7 a 12 años**. La actividad se desarrollará en el local de la asociación en la calle Castellflorite, 3 con un coste de **45€/mes**. Los días/horas no se han establecido aún y será en función de la disponibilidad de cada grupo. Más info y reservas: lolasevillac@gmail.com / 620 267 622.

CLASES DE AJEDREZ PARA TODAS LAS EDADES



VISTA ALEGRE

El **Club de Ajedrez Carabanchel** sigue promoviendo el ajedrez en el barrio. Su misión es acercar este noble juego a niños, niñas y adultos, ofreciendo clases por edades o niveles, con el objetivo de fomentar el aprendizaje, la competición o simplemente la diversión. Desde octubre, el club cuenta con una nueva sede en **Jacobinia 24**, donde organiza clases de lunes a viernes a partir de las 17:30h y torneos abiertos al público. Los precios son accesibles: 30 €/mes para menores de 16 años y 50 €/mes para mayores (previa inscripción al club y pago de cuota anual). Para más info: carabanchess@hotmail.com / 614 192 432.

LA ALEGRÍA DE LA HUERTA TALLER DE HUERTO URBANO - CONECTA CLIMA

Centro Juvenil Carabanchel Alto.
Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

En el **taller de huerto urbano** que organiza el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto** podrás aprender las temporadas para plantar, cómo sembrar de manera eficiente, mantenimiento hortofrutícola y muchas más técnicas relacionadas. ¡Ven a sembrar en el Centro Juvenil de Carabanchel! Disponibles 10 plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com o

por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e inscríbete en www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid

POTTERY TASTER



COMILLAS

Domingo 7 de febrero. Acércate a crear al torno a **Dclay Studio**. Experimenta durante tres horas las fabulosas sensaciones que aporta la arcilla al torno alfarero. Apto para niños de entre 7 y 12 años. Precio: 55€. A las 17h. Más info e inscripciones: www.dclaystudio.com

CURSO DE COCINA SALUDABLE NIVEL INTERMEDIO

BUENAVISTA

La **Escuela de Cocina Conversa Carabanchel** ha preparado este **Curso de Cocina saludable**, de nivel intermedio en el que aprenderás recetas y técnicas para completar tus conocimientos culinarios y mejorar tu alimentación. Durante el curso aprenderás nuevas recetas y técnicas de cocina, y te adentrarás también en técnicas de vanguardia, emplatados elegantes y uso de modernas herramientas como el sifón. Las clases tendrán lugar **todos los miércoles del 29 de enero al 19 de marzo** a las 17h. Precio: 210€ el curso completo / desde 29€ clases sueltas. Más info: www.escueladecocinaconversa.com / Tel. 910 332 988 – 658 509 191 / email: contacto@cocinaconversa.com.

APRENDE A COCINAR DESDE CERO

BUENAVISTA

Aprende a cocinar desde cero en **10 lecciones** en **Escuela de Cocina Conversa**. En este curso de cocina aprenderás técnicas de cocina, nuevas recetas que no pueden faltar en tu mesa, cómo hacer más saludables tus platos y cómo comprar y conservar tus alimentos. El curso está formado por un total de 10 talleres (del 7 de enero al 11 de marzo) de dos horas de duración cada uno. También puedes hacerlos por separado. Las clases tendrán lugar **todos los martes del 29 de enero al 19 de marzo** a las 19h. Precio: desde 210€ el curso completo / desde 26€ clases sueltas. Más info: www.escueladecocinaconversa.com / Tel. 910 332 988 – 658 509 191 / email: contacto@cocinaconversa.com.

MIÉRCOLES CULTURALES EN THE RIVER

SAN ISIDRO

En **The River**, espacio artístico multidisciplinar, dedicarán los **miércoles** del mes de febrero a realizar **conferencias y visitas culturales**. En ellas tendrás la oportunidad de conocer museos, exposiciones, rincones desconocidos, curiosidades...etc de nuestra ciudad. La actividad será realizada por el profesor de historia del arte **Fernando Plaza Ponce** (X @fernandoplazap). Si te interesa, el **miércoles 5 de febrero** visitarán el **Museo Reina Sofía** para ver las obras del arte contemporáneo. Las siguientes fechas serán: **miércoles 12 de febrero**: Conferencia, **miércoles 19 de febrero**: visita al museo o **miércoles 26 de febrero**: Conferencia. Habrá dos grupos, de entre 7 y 10 personas cada uno, en estos dos horarios: 17h y 18:30h. El

precio es de 10€/sesión sin incluir la entrada al museo. Más info e inscripciones: www.theriver.es / 665 775 046.

CLASES DE DANZA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD - ASOCIACIÓN DAN ZASS

COMILLAS

En febrero, la **Asociación Dan Zass** (Artes Escénicas y Diversidad) continúa realizando las clases regulares de **Danza para personas con discapacidad**. Las clases se imparten los **lunes y miércoles** durante el curso 2024/2025 en la **Asociación Vecinal Parque de Comillas**. Organizadas e impartidas por **Asociación Dan Zass (Artes Escénicas y Diversidad)**. Para todas las edades a partir de 3 años. Más info e inscripciones: asociacion.dan.zass@gmail.com. Tel. 646 515 954 (Cristina) www.danzass.com.

TALLERES Y CLASES DE CLAQUÉ (TAP DANCE)

BUENAVISTA

Para iniciarse en el **baile de percusión**. Sesiones de una hora para aprender la técnica y el ritmo (un día a la semana). En **Carabox** (Carabanchel Alto, C/ Alfredo Aleix). Todos los jueves a las 20:30h. La primera clase es abierta y gratuita, después son 7€ cada sesión. Más info e inscripciones: 658 314 851.

LA JOVEN ENTRENAMIENTO CREATIVO TEMPORADA 24/25

COMILLAS

Inscripciones abiertas para el **entrenamiento creativo** de la temporada 24/25 en **LaJoven**. ¿Has acabado tu formación en cualquier área de las artes escénicas y necesitas una puesta a punto? ¿Necesitas revisar, renovar, cuestionar tus herramientas como intérprete y sorprenderte encontrando otras inesperadas en un espacio de creación libre y continuo? La joven te propone estos entrenamientos donde el cuerpo, la voz y el espacio son protagonistas. Dirigidos por **Manuela Barrero** y **David Blanco Toyos**. Dirigido a mayores de 18 años. Los martes y los jueves en dos grupos: **10:00 a 12:00** o **12:30 a 14:30**. Precio: **60€/mes**. Lugar: **LaJoven** en **Antonio López, 58**. Más información: 91 014 04 53 / contacto@lajoven.es. Inscripciones en lajoven.es.

LA + JOVEN TALLER DE TEATRO PARA ADOLESCENTES

COMILLAS

Por primera vez **LaJoven** lanza un **taller regular de teatro para adolescentes** de 13 a 17 años que estará dirigido por la actriz **Marta Velilla**. ¿Te gusta el teatro y nunca te has atrevido a probarlo? ¿Has hecho ya teatro y te apetece profundizar más? Aprenderás técnicas de interpretación y creación, a trabajar en grupo sobre un escenario, escribirás, improvisarás y al final de cada curso se representará una obra. **Todos los lunes** del curso escolar de **17:00 a 19:00 horas**. Precio: **40€/mes**. Más información: 91 014 04 53 / contacto@lajoven.es. Inscripciones en lajoven.es.

TALLERES Y CURSOS EN CENTRO SONRISA INTERIOR

OPAÑEL

El **Centro Sonrisa Interior** (C/ Mercedes Arteaga, 42) tiene una interesante oferta de clases y talleres regulares para el curso 2024-2025. Aprende y disfruta con

sus **clases de sevillanas, baile flamenco, bailes latinos y bailes de salón** de forma amena y divertida. Bailar mejora la salud al hacer ejercicio, mover el cuerpo y sobre todo mejora el estado de ánimo y nos hace más felices. Aprende y disfruta bailando. Pon ritmo y alegría en tu cuerpo con nuestras **clases de bachata, rock and roll o merengue**. Clases de iniciación y nivel medio para hacer ejercicio, conocer buena gente y aprender de forma amena y divertida con los ritmos latinos y de salón. Estira tu cuerpo y relaja tu mente. **Clases de yoga, pilates, taichi y chikung** para estirar, fortalecer, tonificar y movilizar todo el cuerpo de forma controlada y técnicas de relajación y respiración para reducir el estrés y la ansiedad aumentando la concentración. Aptas para iniciación y nivel medio. Más info e inscripciones en el teléfono 699 757969 y en la web sonrisainterior.es

CURSOS Y TALLERES EN SALA LA IMPRENTA

ABRANTES

Taller regular de danza urbana (Urban Jazz). Clases dirigidas a infantil y juvenil. Trabajo corporal y mental a través de varios estilos como el Funky, Hip Hop, Jazz... **Taller regular de Pilates**. Las ventajas del Pilates son numerosas pero sobre todo fortalece y tonifica la musculatura, mejora la postura, aumenta la flexibilidad y es muy recomendable en personas con ansiedad. **Talleres regulares de Danza del Vientre, Fusión Tribal y Flamenco Árabe**. Cualquiera de estos tres estilos de danza tienen beneficios para la flexibilidad, coordinación motora, equilibrio, memoria, suelo pélvico, así como mejora del estado anímico gracias a la liberación de endorfinas. Impartidos por **Sandra Prado** en **Sala La Imprenta** (C/Rodríguez Vega, 15). Diferentes precios y horarios (mañana y tarde) según estilo y taller. Pregunta sin compromiso. Más info e inscripciones: danza_sandra@outlook.es / [@danzad_malditas](https://www.instagram.com/danzad_malditas) / Tel. 622 525 922.

CLASES DE DANZA CLÁSICA Y DANZA MODERNA / CONTEMPORÁNEA

VISTA ALEGRE

Danza para todas las edades y niveles. **Destreza y Ritmo** es una Escuela de Danza Profesional especializada en danza clásica y moderno contemporáneo. Desde 1994, estamos ubicados en Carabanchel, ofreciendo clases para todas las edades, desde los 3 años hasta adultxs. Nos enorgullece tener un profesorado increíble y un ambiente familiar para el buen aprendizaje de la danza. Abierto plazo de Matrícula. Más información: Calle Gaviota, 21, cerca de las estaciones de metro Vista Alegre y Oporto. Horario de secretaría de lunes a jueves de 17h a 20h y viernes de 16h a 19h. Teléf: 915 254 139 (en horario de secretaría). Email: destrezayritmo@gmail.com. WhatsApp: 672339144.

TALLERES DE VOZ 2024-25

PUERTA BONITA

Voz & Improvisación Vocal. Un taller semanal para disfrutar cantando e improvisando en grupo. **Miércoles de 18:30h a 20h**. Técnica vocal, armonía aplicada a la voz e improvisación desde distintas propuestas. **Voz, Cuerpo, Canción**. **Taller de Songwriting**. Encuentro semanal para crear e interpretar tus propias canciones, los miércoles de 20h a 21:30h. Potencia tu creatividad con recursos armónicos y melódicos, análisis de canciones, técnicas interpretativas y de escritura de letras. En **Casa Bonita** (Alejandro Morán, 8). Reserva tu plaza escribiendo a: aurora.arteaga@gmail.com. Más info: aurorarteaga.com

CLASES DE YOGA



SAN ISIDRO

Clases de yoga que combinan técnicas de respiración (pranayama), con práctica física (asanas), y técnicas de relajación (yoga Nidra). Tendrás todas las herramientas para un bienestar profundo a través trabajando la mente, el cuerpo y tu energía vital. En **Sala Urgel** (Paulina Odiaga 1). Martes y jueves de 9h a 10:15h de la mañana. Precio: 2 días a la semana 65 € / 1 día presencial y acceso a la plataforma online (para seguir en directo las clases o practicar con más de 400 clases) 55 € / 1 día a la semana 45 € / Clase de prueba 7 € / Clases suelta 15€ / Bono 10 clases canjeables en 3 meses 99€.

MÁS COSILLAS

ABIERTA CONVOCATORIA DE LA 4ª EDICIÓN DE ENSAYA CARABANCHEL



Ya está abierta la convocatoria de la 4ª edición de **Ensaya Carabanchel**. La misión de este proyecto, desarrollado por **Carabanchel Distrito Cultural**, y los locales de ensayo **Gruta 77**, **Rockland**, **Matilda** y **Madreams**, y financiado por el Ayuntamiento de Madrid, es la mentoría de **15 bandas** de música emergentes o de nueva creación, a través de un ciclo de formación entre marzo y julio que se desarrollará en estos locales de ensayo. Los resultados de la selección se darán a conocer a finales de febrero. Las bandas interesadas en participar en este programa pueden **inscribirse hasta el 10 de febrero** <https://lc.cx/5yh-mj>.

MESA DEL ÁRBOL DE CARABANCHEL

La **Mesa del Árbol de Carabanchel**, una asociación medioambiental activa en Carabanchel y Madrid, lleva más de 5 años trabajando por el bienestar social y ambiental. Es un referente gracias a sus colaboraciones con colegios locales y en-

tidades como **Huerto Pinar**, **Fundación San José** y **Ecologistas en Acción**. Sus proyectos incluyen la renaturalización de Las Piqueñas, instalación de cajas-nido, reforestaciones, y actividades exclusivas para socios como charlas y presentaciones. Promueve la sostenibilidad en comunidades y espacios naturales del entorno. ¿Quieres saber más?: mesadelarboldecarabanchel@gmail.com

ARKOSE CARABANCHEL



Arkose Madrid, líder en actividades de escalada, inauguró su segundo centro en **Carabanchel**. Ubicado en la Calle Julia Nebot 4, a 5 minutos del metro Oporto, este espacio ofrece 1500 m² con más de 150 bloques de todos los niveles, una zona infantil, spray wall, tienda, bar y cantina. Con materiales ecológicos, combina escalada, gastronomía local y un ambiente acogedor. Abierto todos los días de 7 a 24 h, los abonados pueden acceder también al centro de Cuatro Caminos. Más información en arkose.es.

MERCADO DE SAN ISIDRO



SAN ISIDRO

¡**Productos frescos cada semana!** Este es el corazón del mercado. La plaza de abastos donde encontrarse con sus comerciantes. Los verdaderos protagonistas que con sus productos de primera calidad, su trato familiar y sus recomendaciones hacen que vuelvas una y otra vez. **El mercado Municipal de San Isidro** tiene sus raíces en la mitad del siglo pasado. En 1948 Carabanchel, hasta entonces compuesto por dos municipios independientes de Madrid, se incorpora como distrito a esta ciudad. Cuatro años más tarde, en 1952 se construye el Mercado de San Isidro, en la mitad del recorrido de la calle del General Ricardos, auténtica arteria del distrito, que se fue conformando a los lados de la línea de tranvía que unía desde 1908 la plaza de toros de Vistalegre "la Chata" con el centro de Madrid. En la actualidad, el Mercado es parte del corazón de Carabanchel, en una de las zonas de mayor actividad comercial y movimiento de personas. Presume de ser **un mercado auténticamente castizo**. **Su superficie alcanza los 2.200 metros cuadrados, con 46 puestos distribuidos**

¿ORGANIZAS EVENTOS, CURSOS, TALLERES...?

AHORA PUEDES VENDER TUS
ENTRADAS ANTICIPADAS EN
ENTRADAS.YUZIN.COM

en una sola planta comercial. Comercios dedicados en su mayoría a la venta de todo tipo de **productos frescos** (carnes, chacinas, pescados, frutas, verduras...), algunos de ellos especializados (bacalao, carnes de la sierra...), otros ofreciendo servicios complementarios (zapatero, mercería, vaciador...). Más info en: www.mercadodesanisidro.es.

PATANEL. LA CERVEZA ARTESANA DE CARABANCHEL

SAN ISIDRO

Cervezas Patanel comenzó como una afición. Pero pronto se convirtió en una ambición: fabricar la **cerveza artesana de Carabanchel**. Además de la pasión por la cerveza, les mueve el cariño a sus barrios. Por eso se han unido cuatro carabancheleros para crear un proyecto que va más allá de la propia cerveza: impulsar y colaborar en iniciativas de carácter social, educativo y artístico que revitalicen Carabanchel. Visítalos en su cervecería (Avda. Pedro Díez 21), dónde la pasión por la cerveza se une con la autenticidad del barrio. Más info: www.cervezaspatanel.com.

MAD RAMPS

COMILLAS

¡Prepárate para rodar con estilo este curso! La **Escuela de Skateboarding MadRamps** abre de nuevo puertas para todos los niveles. Ya seas principiante o avanzado, peque o adulto, su equipo de profesores te guiará para dominar el skate. ¡Inscripciones abiertas! No pierdas la oportunidad de aprender trucos, mejorar tu técnica y disfrutar del skate como nunca antes. ¡Nos vemos por el Indoor! Inicio de clases en septiembre – ¡Reserva tu plaza!. Para más información, email info@madramps.eu o contáctanos al 643 593 894.

REINA ROJA PRESENTA: HISTORIAS DE RABIA Y RESISTENCIA

Reina Roja, la banda de **celtic punk** de Madrid, tiene nuevo trabajo, un EP titulado, **Historias de Rabia y Resistencia**. Han pasado dos años desde el lanzamiento de su álbum debut, **Hooligan Folk**, y el grupo regresa con un sencillo de tres temas. Tres historias que abordan situaciones actuales como la **crisis humanitaria en Gaza**, la vulneración de los **derechos de**

la **clase trabajadora** o el auge de los **movimientos fascistas** en todo el mundo. Grabado en **California Studios**, en el barrio de Comillas (Carabanchel), este trabajo trae un sonido renovado que pone el broche a un año en el que la banda ha tenido la oportunidad de compartir cartel con bandas internacionales del **celtic punk**, como los canadienses **Real Mckenzie**s o los australianos **The Cloverhearts**. Puedes escuchar estos tres nuevos temas en <https://beatclap.es/historias-de-rabia-y-resistencia-pobjlh>

MEDITACIÓN Y AUTOCONOCIMIENTO

ALUCHE

Y ADEMÁS,
AQUÍ AL LADO...

Acércate a este espacio de encuentro, al lado de Metro Carabanchel y Carpetana, donde explorar el autoconocimiento y la superación personal. Son un grupo de personas **humanistas** comprometidas con el **cambio personal** y **social** que se reúnen para aprender a **relajarse, escucharse** y **descubrir** lo mejor de cada uno. En estos encuentros **gratuitos** se trabaja conjuntamente hacia un crecimiento que inspire tanto a nivel individual como colectivo. Si sientes que esto conecta contigo, ¡acércate a conocerlos! Te esperan en la **Calle Petirrojo 6**, en un local a pie de calle. Horarios disponibles: **Lunes, 18:30** (625 776 213); **Martes, 18:00** (669 923 633); **Martes, 20:00** (617 361 004); **Jueves, 18:30** (678 053 328). **Entrada libre.**

SÁBADO 15

BLUES NIGHT

Big Mama Ballroom. A las 21h.
Entradas 16€
en bigmamaballroom.com

PALOS DE LA FRONTERA

Concierto de blues para escuchar y bailar con una pequeña clase de introducción al baile blues para los que quieran aprender lo básico para disfrutarlo. Y a las 22h, fiesta y concierto. **Big Mama Ballroom**, en calle Bernardino Obregón 3, metro Embajadores.

Portada: Sergio S. Paris. *Muchacha de Carabanchel* es un homenaje a Dalí y su *Muchacha en la ventana*, en este caso traída al presente con la estética característica de Sergio S. Paris, donde el mar de la obra original se sustituye por una vista del Metro de Carabanchel y sus alrededores, lugares de inspiración y referencia para el artista. Para esta creación se han fusionado dos técnicas: la ilustración digital y la fotografía.

Sencillez. Autogestión.
Contenido atractivo.
Estadísticas actualizadas.
Bases de datos.
Comisiones asequibles.

ENTRADAS.YUZIN.COM



TU PORTAL DE VENTA
DE ENTRADAS ONLINE



tarambanateatro
presenta

paella

**¡CÓMETE
UNA PAELLA
EN TARAMBANA!**

ENTRADAS



Del 15 de enero al 30 de marzo 2025

SALA TARAMBANA

METRO CARABANCHEL

