

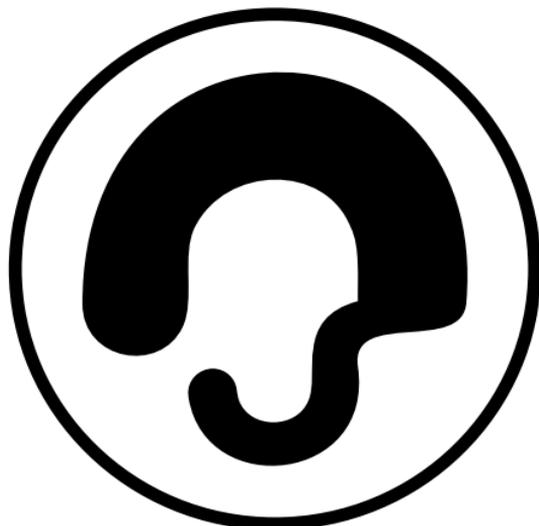


collage: @liber\_tania

carabancheldc.com

## TODO PASA EN **CARABANCHEL**

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



**CARABANCHEL DISTRITO CULTURAL**

«El collage habla de la vida, de eso que nos empuja a saltar al vacío. De esa emoción, de esa fuerza interior, de la explosión, de la primavera que llevamos dentro. Cómo mujer, además, quería también hacer referencia al 8M y al feminismo, gafas moradas para analizar la vida con perspectiva de género.»

Tania Núñez @liber\_tania

## SÁBADO 01

### ATELIER CROMÁTICO

VISITAS AL ESPACIO MADRID

DESIGN FESTIVAL 2025

Monamour Natural Design.

A las 12h. Entrada libre

SAN ISIDRO

Monamour Natural Design acoge, en el marco del Madrid Design Festival 2025, **Atelier Cromático**, plataforma internacional para el arte, la cultura y la investigación sobre el color y un Laboratorio experimental para un uso consciente del color. Entre sus actividades encontrarás exposiciones, Master Classes sobre el color, talleres y seminarios de formación sobre el color y sus vínculos con las emociones. Hasta las 20h.

### IED MADRID

EN OPEN STUDIOS CARABANCHEL

IED Madrid Design District.

De 12h a 18h. Entrada libre

SAN ISIDRO

El IED Madrid celebra 10 años en **Carabanchel** con una jornada especial dentro de **Open Studios Carabanchel del Madrid Design Festival**. Se podrá visitar la exposición de proyectos de Moda y Artes Visuales, incluyendo la instalación inmersiva **RAÍCES**, la pieza interactiva **ABONO x SOOT**, y la exploración virtual **INMÓVIL**. Un recorrido por la creatividad y el diseño, con un **aperitivo en la terraza** a partir de las 13h.

### SENSITIVE LANDSCAPE & BIOPHILIC ART

VISITAS AL ESPACIO MADRID

DESIGN FESTIVAL MONAMOUR

Natural Design. A las 12h. Entrada libre

SAN ISIDRO

Monamour Natural Design es un estudio pionero de **art & biophilic design** que opera a escala internacional. Cada proyecto, fruto de una incesante investigación y de técnicas muy minuciosas, se convierte en una creación sostenible y a medida que incorpora elementos de la naturaleza al objeto artístico y de diseño, involucrando todos los sentidos y empleando un lenguaje contemporáneo. En esta ocasión presentan, en el marco del Madrid Design Festival 2025 **Sensitive Landscape & Biophilic Art** con los siguientes artistas invitados: **Claudia Bonollo, Denis Broduriès; Eleonora Guidotti, Zoe Rosa Guidotti, Miguel Valdián**. Hasta las 20h.

### THE MAGICAL MUSIC

OF HARRY POTTER

Palacio de Vistalegre. A las 15h. Entradas desde 51€ en [ticketmaster.es](https://www.ticketmaster.es)

VISTA ALEGRE

The Magical Music of Harry Potter trae la música más icónica de la saga en un concierto inolvidable con la **Magical Film Orchestra**, un coro y efectos visuales mágicos. Disfruta de las composiciones de **John Williams, Patrick Doyle, Nicholas Hooper y Alexandre Desplat**, junto con piezas de *Harry Potter y el legado maldito*. Un **invitado especial** de las películas compartirá anécdotas y hará de la velada una experiencia única. Vive una noche llena de magia, amistad y aventura en el mundo de los magos. *(El invitado especial varía en cada concierto.)*

### I FESTIVAL DE CORTOMETRAJE SOCIAL ISLAZUL

Centro Comercial Islazul.. Abierto plazo de inscripción

BUENA VISTA

El Centro Comercial Islazul lanza el **I Festival de Cortometraje Social** dentro de **Islazultura**, su iniciativa cultural. Este certamen impulsa cineastas emergentes y la **reflexión social** a través del cine. Su formato **maratón** desafía a crear, producir y montar un corto en **39 horas**. Se celebra del **28 al 30 de marzo**, con más de **4.000€** en premios. Inscripción abierta **hasta el 20 de marzo** en [islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/](https://www.islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/). Los guiones deben estar vinculados con Carabanchel e Islazul.

### KARAOKE DE CARNAVAL

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto**, a nuestro karaoke de carnaval, y demuestra tu talento! Únete al carnaval con música, baile y diversión sin fin. ¡No faltes, te esperamos con los mejores temas! Actividad para todas las edades. Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

### TITIRIMBANA:

MAGIC TALENT FESTIVAL



Sala Tarambana. A las 17:30h. Entradas anticipada 8€ en [tarambana.net](https://www.tarambana.net) y 10€ en taquilla

VISTA ALEGRE

La ratita Pérez y sus amigos nos presentan este simpático concurso donde cada uno de los personajes deberá enseñar su talento. El problema es que Frankie aún no conoce el suyo. ¿Podrán ayudarlo a descubrirlo? ¿Quién será el ganador?. Acompaña a los divertidos personajes de **Magicool** a descubrirlo en este musical familiar.

### STAND UP COMEDY

TRIPLE SESIÓN: PABLER CABRERA /

CARLOS MARTÍNEZ / ÁLVARO SEKO

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 19h / 21h / 23h. Desde 10€/12€ con consumición en [dinaticket.com](https://www.dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Disfruta de una noche inolvidable de comedia en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, pionero en monólogos en España. En el primer pase, **Pabler Cabrera** te hará reír con su humor cotidiano y absurdo. Luego, **Carlos Martínez**, con su estilo irreverente, destacará por su clari-

dad y contundencia. Finalmente, **Álvaro Seko**, ex carnicero convertido en monologista, te hará desternillarte con su show variado de chistes e imitaciones. ¡No te lo pierdas y vive el stand-up comedy!

**THE WALL & THE DARK SIDE OF THE MOON**   
**Palacio de Vistalegre. A las 20h. Entradas desde 51€ en ticketmaster.es**

VISTA ALEGRE

Vive la magia de **Pink Floyd** con los miembros originales de la gira en un espectáculo inolvidable. Disfruta de clásicos como **Great Gig in the Sky**, **Money**, **Us and Them**, **Time**, y sumérgete en el universo sonoro que revolucionó el rock. Un show impresionante con melodías únicas, letras profundas y un despliegue visual asombroso de luces y láser. ¡No te pierdas esta experiencia única! (*Roger Waters, David Gilmour y Nick Mason no participan en este concierto.*)

**NOCHE DE PINCHADA CON NANO VEGANO**   
**Sónico bar. A las 20h. Entrada libre**

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo el sonido del Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Nano Vegano**. Rock and roll, garaje, soul. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

**CANCIONES COMPUESTAS POR LA CABEZA DE PAPUZSA**   
**Factoría Jarana. A las 20h. Entradas 12€/ socios de la peña 10€**

COMILLAS

Una pieza de **teatro flamenco** con **Anaisa García** y **Carmen Escudero**, que recorre la historia de la escritora gitana **Bronislaw Waajs**, narrada a través de sus textos. Tras la función, se abrirá un **coloquio** sobre los elementos del **teatro andaluz**. En colaboración con la **Peña Andaluza La Gata**.

**ATELIER CROMÁTICO VIDEO (CHROMATIC DUETS) +PERFORMANCE DANZADA**   
**Monamour Natural Design. A las 20h. Entrada libre previa inscripción**

SAN ISIDRO

**Monamour Natural Design** acoge, en el marco del Madrid Design Festival 2025,

**Atelier Cromático**, plataforma internacional para el arte, la cultura y la investigación sobre el color y un Laboratorio experimental para un uso consciente del color. Artistas invitados: **Sophia Cromática; Eleonora Guidotti; Zoe Rosa Guidotti**. Proyección de **video (Chromatic Duets) + performance danzada**. Es necesario reservar en [info@monamournaturaldesign.com](mailto:info@monamournaturaldesign.com).

**SENSITIVE LANDSCAPE & BIOPHILIC ART: CHARLAS ARTE, NATURALEZA Y SALUD + PERFORMANCE DE DANZA**   
**Monamour Natural Design. A las 20h. Entrada libre previa inscripción**

SAN ISIDRO

**Monamour Natural Design** es un estudio pionero de **art & biophilic design** que opera a escala internacional. Cada proyecto, fruto de una incansante investigación y de técnicas muy minuciosas, se convierte en una creación sostenible y a medida que incorpora elementos de la naturaleza al objeto artístico y de diseño. En esta ocasión presentan, en el marco del Madrid Design Festival 2025, **Sensitive Landscape & Biophilic Art** con los siguientes artistas invitados: **Claudia Bonollo, Denis Broduriès; Eleonora Guidotti, Zoe Rosa Guidotti; Miguel Valdián**. Charlas de Arte, naturaleza y salud y performance de danza. Es necesario reservar en [info@monamournaturaldesign.com](mailto:info@monamournaturaldesign.com) (aforo limitado a 20 plazas).

**PAU PAU PRODUCCIONES: EL OCASO DEL MINOTAURO** 



**Sala Tarambana. A las 21h. Entradas anticipadas 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

## ¿QUIERES ANUNCIARTE EN YUZIN CARABANCHEL?

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

 [carabanchel@yuzin.com](mailto:carabanchel@yuzin.com)

 **649 396 340**

**DIRECCIÓN:**  
Luis Fas

**REDACCIÓN:**  
Luis Fas  
Sara Rollón

**MAQUETACIÓN:**  
Johan Gensfleisch

**DISTRIBUCIÓN:**  
Equipo Yuzin

**IMPRIME:**  
Gráficas Andalusí

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.

labyrinth. Y en su espera eterna, en su profunda soledad, una esperanza lo aliena cada mañana: «¿Será hoy que venga TeSEO a buscarme?». Autoría y dramaturgia: **Nestor Roldán** y **Pablo Paz**. Interpretación: **Pablo Paz**.

## VI EDICIÓN DE CARNABALKAN: MONITO PRESUMIDO + AINDA NAO



**Sala Gruta 77**. A las 21:30h. Desde 15€ anticipadas en [movingtickets.com](#) / 18€ en taquilla

SAN ISIDRO

VI edición de **Carnabalkan** para celebrar el Carnaval con ritmos balcánicos y otras influencias festivas. Organizado por la banda madrileña **El Monito Presumido**, este festival se ha convertido en una cita destacada para los amantes de la música ecléctica y el baile desenfadado. Esta nueva edición en el **Gruta77** será especialmente significativa, ya que marcará el **concierto de despedida** de **El Monito Presumido**. Compartirán escenario con la banda **Ainda Nao**, conocida por su enérgica reinterpretación de la música balcánica y mediterránea. ¡No te lo pierdas!

## DOMINGO 02

**MOLLETADA DÍA DE ANDALUCÍA**  
**Factoría Jarana**. A las 10:30h. Entradas 3,50€ en [factoriajarana.com](#)

COMILLAS

La **Peña Andaluza La Gata** regresa para celebrar el **Día de Andalucía** con su ya tradicional **Molletada**. Un evento para compartir comunidad y tradición en torno al pan, el aceite y el buen ambiente.

**SENSITIVE LANDSCAPE & BIOPHILIC ART**  
**VISITAS AL ESPACIO Y CIERRE DEL EVENTO**  
**Monamour Natural Design**. A las 12h. Entrada libre

SAN ISIDRO

**Monamour Natural Design** es un estudio pionero de **art & biophilic design** que opera a escala internacional. Cada proyecto se convierte en una creación sostenible. En esta ocasión presentan, en el marco del Madrid Design Festival 2025, **Sensitive Landscape & Biophilic Art** con los siguientes artistas invitados: **Claudia Bonollo**; **Denis Broduriès**; **Eleonora Guidotti**; **Zoe Rosa Guidotti**; **Miguel Valdián**. Hasta las 15h.

**ATELIER CROMÁTICO**  
**VISITAS AL ESPACIO Y CIERRE DEL EVENTO**  
**Monamour Natural Design**. A las 12h. Entrada libre

SAN ISIDRO

**Monamour Natural Design** acoge, en el marco del Madrid Design Festival 2025, **Atelier Cromático**, plataforma internacional para el arte, la cultura y la investigación sobre el color y un Laboratorio experimental para un uso consciente del color. Artistas invitados: **Sophia Cromática**; **Eleonora Guidotti**; **Zoe Rosa Guidotti**. Hasta las 15h.

**FESTIVAL TITIRIMBANA: MAGIC TALENT**  
**Sala Tarambana**. A las 12:30h. Entradas desde 8€ anticipada en [tarambana.net](#) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

La ratita Pérez y sus amigos nos presentan este simpático concurso donde cada uno de los personajes deberá enseñar su talento. El problema es que Frankie aún no conoce el suyo. ¿Podrán ayudarlo a descubrirlo? ¿Quién será el ganador?. Acompaña a los divertidos personajes de **Magicool** a descubrirlo en este musical familiar.

**LA MÚSICA DE EL SEÑOR DE LOS ANILLOS, EL HOBBIT Y LOS ANILLOS DEL PODER**



**Palacio de Vistalegre**. A las 15h. Entradas desde 46€ en [ticketmaster.es](#)

VISTA ALEGRE

Sumérgete en la magia de la **Tierra Media** con una orquesta en vivo, un coro y solistas que interpretarán las bandas sonoras más icónicas de **El Señor de los Anillos**, **El Hobbit** y **Los Anillos del Poder**. Desde la amenaza de **Mordor** hasta la belleza etérea de los **Elfos**, cada nota transporta a un mundo épico de aventuras. Un **invitado especial** del elenco original de las películas o la serie presentará esta experiencia inolvidable. ¡Vive la magia de Tolkien como nunca antes!

**TALLER DE RISOTERAPIA**



**Virasana centro de Yoga y terapias**. A las 15h. Precio: 8€

VISTA ALEGRE

La **risoterapia** es una excelente herramienta para mejorar el **bienestar emocional**, reducir el **estrés** y fortalecer la **conexión grupal**. Aporta múltiples beneficios, como liberar tensiones mediante la risa, favorecer la conexión emocional y el trabajo en equipo, estimular la creatividad y mejorar el estado de ánimo a través de la risa genuina. Facilita **Silvia Mielgo**, actriz y risoterapeuta especializada en comedia. **Más info y reservas**: 626 097 030 (María Jesús) / [www.virasana.es](#) /@virasanacentro.

**THE MUSIC OF HANS ZIMMER & OTHERS A CELEBRATION OF FILM MUSIC**  
**Palacio de Vistalegre**. A las 19h. Entradas desde 41€ en [ticketmaster.es](#)

VISTA ALEGRE

Vive la magia del cine con la mejor música de **Top Gun**, **Dune**, **James Bond**, **Piratas del Caribe**, **El Rey León**, **Gladiator**, **The Dark Knight**, **Inception**, **Interstellar** y más, en un espectacular concierto con orquesta, coro, solistas y efectos visuales impactantes. Descubre la obra del legendario **Hans Zimmer**, junto con piezas de **Ennio Morricone** y otros grandes compositores. Un **invitado especial** compartirá historias detrás de estas icónicas bandas sonoras. ¡Sumérgete en una experiencia cinematográfica inolvidable!

## PAELLA

UNA COMEDIA  
GASTROESCÉNICA

Sala Tarambana. A las 19h.

Entradas anticipadas 12€  
en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis sin saberlo, trabajan juntos y organizan una comida para presentar un proyecto clave. Pronto descubren que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan. En el teatro y la vida, lo real y lo imaginado se confunden en una comedia trágicamente burlesca. Paella es una obra que se baila, canta, cocina y comparte, abordando la igualdad de género con humor. Dirección: **Víctor Velasco**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **Nerea Moreno** y **David Fernández «Fabu»**. Una producción de **Tarambana Teatro**.

## STAND UP COMEDY:

MOLINA GÓMEZ

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 20h. Desde 10€/ desde 12€ con  
consumición en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** 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.

## LUNES 03

## PREPARACIÓN GRAND PRIX INTERCENTROS

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada  
libre previa inscripción

BUENAVIDA

Si te apasionan **los desafíos**, ¡esta es tu oportunidad! Participa en las actividades de preparación del **Centro Juvenil Carabanchel Alto** para el **Gran Prix**, donde podrás poner a prueba tus habilidades, aprender de los mejores y competir con otros jóvenes llenos de energía y talento. **No importa tu nivel**, todos son bienvenidos. ¡Te esperan para entrenar, aprender y dar lo mejor de ti en esta emocionante aventura! Actividad para edades comprendidas **entre los 14 y los 30 años**. 30 plazas. Más información en [cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

## MIÉRCOLES 05

## LA ESCUELA PERDIDA

SOLO ES NUESTRO DESEO Y LA PERA  
DEL OLMO (MUESTRA TEATRAL)

Sala Tarambana. A las 20h.

Entradas anticipadas 12€  
en [tarambana.net](http://tarambana.net) / 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Un niño, tres maestras, un inspector, una periodista, una tendera y un quintacolumnista reviven sus vidas en torno a la escuela republicana de Madrid, enfrentando el inicio del curso en plena Guerra Civil. Sus sueños chocan con la realidad del conflicto: educar, formar mujeres, lle-



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](http://mercadosesanidro.es)



MADRID

mercados  
de madrid

var el cine a las aulas. Tras la victoria franquista, sufren exilio, represión y muerte, pero la esperanza persiste. *A la vuelta del verano* es una mirada a la educación y la resistencia. Dirección: **Toni Ruiz**.

## JUEVES 06

### CLUB DE LECTURA DE MA(PATERNIDADES)

Librería de Derivas. A las 18h.  
Precio: 10€ + compra del libro (5% de descuento)

COMILLAS

Dinamizado por **Paula Bordonada**, este club utiliza la literatura como un espacio para la conciencia y el acompañamiento en la crianza. Un punto de encuentro para compartir experiencias y crear comunidad. En esta sesión hablaremos sobre *El verano en que mi madre tuvo los ojos verdes*, de **Tatiana Tibuleac**. Si lo necesitas, puedes traer a tu peque.

## VIERNES 07

### SESIONES DE KOBIDO

Darannur. Previa petición de cita.  
Precio: 50€

PUERTA BONITA

El **Kobido** es un **masaje facial japonés** que se realiza exclusivamente en la cara de una manera muy suave con el objetivo de regenerar la piel. Sirve para atenuar las líneas de expresión, eliminar células muertas y toxinas de manera natural. Mejora la flacidez y da luminosidad a la piel. Además facilita una profunda relajación logrando que una sesión de kobido sea, no sólo estética, sino un regalo para nuestro sistema nervioso. En Darannur realizan sesiones individuales de esta técnica para que puedas probar todos sus beneficios. Más información en **darannur@darannur.es**.

### GÉNERO Y BUEN TRATO EN LOS VIDEOJUEGOS



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

BUENAVISTA

Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto**, y participa en el mapeo de activos que tienen preparado desde **Plan Comunitario**, a través del cual podréis reflexionar sobre la brecha de género, los estereotipos y cuáles son los mejores hábitos que se pueden aplicar en el entorno digital. Actividad para edades comprendidas entre los 14 y los 30 años. Más información en **cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com** o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en **www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid**.

### POR AMOR AL ARTE

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

BUENAVISTA

Pásate a jugar en el **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y aprende con nuestras compañeras de **Redes Cooperativas** a través de dinámicas que visibilizan las **relaciones de pareja** a través del arte y la cultura audiovisual de forma dinámica y participativa. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**.

Más información en **cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com** o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en **lnk.at/centrosjuvenilesmadrid**.

## I FESTIVAL

### DE CORTOMETRAJE SOCIAL ISLAZUL

Centro Comercial Islazul..

Abierto plazo de inscripción

BUENAVISTA

El **Centro Comercial Islazul** lanza el **I Festival de Cortometraje Social** dentro de **Islazultura**, su iniciativa cultural. Este certamen impulsa cineastas emergentes y la **reflexión social** a través del cine. Su formato **maratón** desafía a crear, producir y montar un corto en **39 horas**. Se celebra del **28 al 30 de marzo**, con más de **4.000€** en premios. Inscripción abierta **hasta el 20 de marzo** en **islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/**. Los guiones deben estar vinculados con Carabanchel e Islazul.

### EVA CALYZA Y BDG

#### CONCIERTO SOY MUJER

#### ARTE Y CULTURA

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 19h. Entrada libre

previa inscripción

BUENAVISTA

Pásate por el **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y únete a un concierto único para celebrar la fuerza femenina! Acércate a disfrutar de **música en vivo, empoderamiento y solidaridad** de la mano de las artistas **Eva Calyza** y **BDG**. ¡Es momento de alzar la voz y celebrar! Actividad para todas las edades. Más información en **cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com** o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en **lnk.at/centrosjuvenilesmadrid**.

## TEATRO:

### EL MOTÍN

#### DE LAS CIGARRERAS

Asociación La Banda. A las 19h.

Entrada libre hasta completar aforo

SAN ISIDRO

Para celebrar el **8M** de este año, la **Asociación La Banda** ha preparado una obra de teatro corta interpretada por mujeres del **Grupo de Teatro Cerro Bermejo**. Después de la representación habrá un pequeño coloquio para hablar sobre la obra.

## DÍA DE LA MUJER

### DE ELENA AMAT A LUISA ROLDÁN:

#### FEMINISMO SINGULAR EN LA

#### ESCULTURA BARROCA

Librería El Trotajueves.

A las 19:30h. Entrada libre

OPANEL

Proyección de dos reportajes de **RTVE** sobre **Luisa Roldán**, conocida como *La Roldana*, la primera mujer escultora de cámara en la corte de **Carlos II**. Figura clave del **barroco español**, su obra ha sido revalorizada gracias a la **catedrática Elena Amat**, quien con solo 17 años escribió una tesina sobre ella. Tras la proyección, **tertulia con los realizadores** de los reportajes.

## STAND UP COMEDY

### TRIPLE SESIÓN: AXLOR RIEZU /

### ÁLVARO SEKO

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 20h / 22h. Desde 10€ / 12€ con

consumición en **dinaticket.com**

VISTA ALEGRE

Disfruta de una noche de comedia en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local exclusivo de



ARTES ESCÉNICAS  
Y DIVERSIDAD

[www.danzass.com](http://www.danzass.com)

monólogos en España. En el primer pase, **Axlor Riezu**, cómico bilbaíno y ex colaborador de Europa FM, te hará reír con su humor sin vergüenza. En la segunda sesión, **Álvaro Seko**, ex carnicero convertido en monologuista, ofrecerá un show variado de chistes e imitaciones. ¡No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo!

**III EDICIÓN**  
**DEL CERTAMEN DE RELATOS**  
**CORTOS LITERARIOS MARÍA**  
**LEJARRAGA**  
**Asociación La Banda. A las 20h.**  
Entrada libre

SAN ISIDRO

La Asociación La Banda presenta la **III edición del certamen literario de relatos cortos María Lejarraga**. En este evento, se darán a conocer las bases y fechas de presentación de los trabajos.

**MANDA CARALLO SHOW** 🎵  
**Azotea en Carabanchel. A las 20h**  
en [www.mixcloud.com/live/manda-carallo](http://www.mixcloud.com/live/manda-carallo)

Desde una azotea en **Carabanchel**, **MANDA CARALLO Show** trae sesiones en vivo de **Ska, Reggae, Rocksteady, Jazz, Dub, Dancehall y Soul**, explorando sonidos con raíces jamaicanas y ritmos globales. Un encuentro semanal con música vibrante y ambiente único. Si no podéis oírlo en directo, recordad que lo tendréis disponible tras su emisión en las principales plataformas de podcating (Mixcloud, Spotify, Ivoox, etc).

**NOCHE DE PINCHADA** 🎧  
**CON LES SONIQUETTES**  
**Sónico bar. A las 20h. Entrada libre**

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio y Eugenio** con todo el sonido del Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Les Soniquettes**. Pop, yeyé francés, beat, punk, garage. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

**TIKISMIKIS** 🎵  
**EN CONCIERTO**



**Sala Tarambana. A las 21:30h.**  
Entradas anticipadas desde 8€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Cinco maduros interesantes, músicos resabiados y bastante «tikismikis», interpretan **dos horas de rock del clásico**, del que todo el mundo conoce y canta,

**RETIROS**  
en la  
**naturaleza**  
YOGA  
MEDITACION  
**@virasanacentro**

📞 626 09 70 30

[www.virasana.es](http://www.virasana.es)

del que acompaña las cervezas y el buen ambiente, del de barrio y palacios de deporte y esta noche, además del de la **Sala Tarambana**.

**CULPABLES FEST:** 🎵  
**TUS NOVIAS INDIE + LOS BLODY**  
**+ YUGGÄN**



**Sala Gruta 77. A las 21:30h.**  
Entradas anticipadas desde 5€ en [movingtickets.com](http://movingtickets.com) / 8€ en taquilla

SAN ISIDRO

No te pierdas el **Culpable Fest** en **Gruta 77** con tres grupazos: **Tus Novias Indie**, una banda que ofrece un **pop indie** descarado, caracterizado por su estilo fresco y provocador; **Los Bloody**, aportando energía y distorsión a su rock, con actuaciones llenas de intensidad y fuerza; y **Ryggän**, rockeros que crean canciones auténticas, fusionando letras sinceras con melodías potentes.

**SÁBADO 08**

**TALLER DE IMPRESIÓN** 🎓  
**CON TIPOS MÓVILES**



**Gráficas Almeida - Almeida impresores. A las 10h. Precio: 70€ (50% dto. pagos bizum: 629 014 225)**

VISTA ALEGRE

Este **Taller de impresión con tipos móviles**, de siete horas, es un recorrido por la historia de la imprenta. Los participantes usarán tipos de plomo y madera, prensas manuales y una réplica de la máquina que imprimió el *Quijote*. Impartido por **José Manuel Martín Lanza**, experto en tipografía con premios y conferencias en toda España. Cada asistente se llevará su propia impresión artesanal. Máximo 10 personas. ¡Una experiencia única! Info e inscripciones: [almeida@graficasalmeida.com](mailto:almeida@graficasalmeida.com)

**HAZTE UNA TAZA** 🎓  
**O UN CUENCO**

**Nüwa Arte y cerámica.**  
A las 11:30h. Precio: 45€  
en [nuwaceramica.com](http://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. precio. ¡Dale un toque único a tus desayunos con una creación hecha por ti!

## GUAYOMINÍ

PRODUCCIONES: CALORCALOR

Sala Tarambana.

A las 17:30h.

Entradas anticipadas 8€

en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Arantxa y Lobo, dos actores, buscan hacer justicia poética a Lorca en un pajar, pero su legado es tan inmenso que parece imposible capturar su duende, su luz y su magia en escena. A través de una comedia interactiva, exploran su amor por la tierra, el arte, la música y la poesía, llevando al público de fiesta. Si lo logran, quizás hasta el propio Lorca aparezca para sorprenderlos. Una celebración de su radiante personalidad y su obra eterna. Autores: **Patricia Rodríguez, Manu Lobo** y **Arantxa F. Ramos**. Dirección: **Patricia Rodríguez**.

## DE LA BIRRA AL BARRO

Nüwa Arte y cerámica.

A las 17:30h. Precio: 55€

(materiales incluidos)

SAN ISIDRO

Descubre tu lado creativo con **Nüwa Arte y Cerámica en Carabanchel** en el taller *De la birra al barro*. En 2,5 horas, crearás tu propia jarra de cerveza con la técnica de planchas y la decorarás con engobes, sin necesidad de experiencia previa. Mientras trabajas, disfrutarás de una cerveza Patanel, la artesana de Carabanchel, y te llevarás un pack de dos. Tu jarra será esmaltada y cocida para recogerla después. ¡Brinda con arte y cerveza!

## ACTIVIDADES DÍA DE LA MUJER

Arkose. A las 18h. Entradas libre

VISTA ALEGRE

Para celebrar el **Día de la Mujer**, Arkose invita a todas las mujeres a escalar en una jornada en la que además habrá actividades relacionadas con la salud femenina, como un **taller de empoderamiento** en el que se dará información de cómo afectan las diferentes fases del ciclo menstrual en la práctica del deporte.

## STAND UP COMEDY

TRIPLE SESIÓN: DAVIS CORPA Y VICENTE PULKI / FERNANDO

«EL PELAO» / NACHO PUNTO G

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 19h / 21h / 23h.

Desde 10€ / 12€ con consumición

en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Disfruta de una noche de risas en **La Chocita del Loro Carabanchel**, el templo del stand-up comedy. En la primera sesión, **Davis Corpa** y **Vicente Pulki** te sumergirán en un rompecabezas cómico lleno de ocurrencias. Luego, **Fernando “El Pelao”** hará un show único, adaptado a cada público. Para cerrar, **Nacho Punto G** traerá su humor blanco e improvisación fresca, garantizando una velada inolvidable. ¡No te pierdas esta dosis de humor en directo!

## NOCHE DE PINCHADA

CON NINA DJ

Sónico bar. A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo el sonido del Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Nina DJ** y su **sesión italiana**. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

## F\*CKS NEWS

Palacio de Vistalegre. A las 20:30h.

Entradas desde 38€ en [ticketmaster.es](http://ticketmaster.es)

es

VISTA ALEGRE

El **noticreo** menos informado de Colombia de gira por España! **El Noticreo** es un noticiero satírico colombiano que parodia los formatos tradicionales de noticias con un enfoque humorístico e irreverente. Es parte del proyecto **Fucks News**, creado por comediantes y creadores de contenido que mezclan la crítica social con la comedia, burlándose de la desinformación y la manipulación mediática. Su estilo se caracteriza por titulares absurdos, ironía y un tono desenfadado que lo ha convertido en un fenómeno viral en redes sociales.

## PAU PAU PRODUCCIONES:

EL OCASO DEL MINOTAURO

Sala Tarambana. A las 21h. Entra-

das anticipadas 12€ en [tarambana.net](http://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**.

## EL TÍO CALAMBRES

+ KONGA KANÍBAL

Sala Gruta 77. A las 21:30h. Entra-

das desde 10€ en [movingtickets.com](http://movingtickets.com)

/ 13€ en taquilla

SAN ISIDRO

**Javier Rojas** retoma su proyecto más personal yailable con **El Tío Calambres**, presentando nuevas canciones y formación renovada. Le acompañan grandes músicos: **Miquel Ferrer** (batería), **Juan Zelada** (teclas), **Javier Santana** (bajo), **David Lerman** (saxo) y **Pepe Rincón** (trompeta). Junto a ellos estará **Konga Kaníbal**, banda madrileña que fusiona **reggae, house, ska, hip hop** y más, todo desde una perspectiva **punk** y desenfadada. Ganadores de **Elipa Rock 2024**, su estilo es irreverente, crudo y divertido, con el humor siempre presente en sus letras. ¡Una noche de música sin etiquetas y pura energía!

## DOMINGO 09

### APERITIVO ROCK&ROLL:

RODRIGO MERCADO + ANTONIO

RADA (CANTANTE DE YEXKA)

Sala Gruta 77. A las 13:30h.

Entradas anticipadas desde 7€ en

[movingtickets.com](http://movingtickets.com)

SAN ISIDRO

Doble concierto acústico de Rock de Autor con dos grandes de la escena. **Rodrigo Mercado**, *made in* Carabanchel, acompa-

ñado por **Mario Siles** (guitarra), fusiona el **rock con reggae y hip hop**, dejando su sello inconfundible. Junto a él, **Antonio Rada**, fundador, compositor y voz de **Yeska**, banda de **rock urbano** con más de 20 años de trayectoria. Un poeta canalla con letras afiladas y cargadas de emoción. **Un aperitivo** íntimo, auténtico y con el rock como protagonista.

## GUAYOMINÍ



### PRODUCCIONES: CALORCALOR

**Sala Tarambana. A las 12:30h.**  
Entradas anticipadas 8€  
en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

Arantxa y Lobo, dos actores, buscan hacer justicia poética a Lorca en un pajar, pero su legado es tan inmenso que parece imposible capturar su duende, su luz y su magia en escena. A través de una comedia interactiva, exploran su amor por la tierra, el arte, la música y la poesía, llevando al público de fiesta. Si lo logran, quizás hasta el propio Lorca aparezca para sorprenderlos. Una celebración de su radiante personalidad y su obra eterna. Autores: **Patricia Rodríguez, Manu Lobo y Arantxa F. Ramos**. Dirección: **Patricia Rodríguez**.

## PAELLA

UNA COMEDIA  
GASTROESCÉNICA

**Sala Tarambana. A las 19h.**  
Entradas anticipadas 12€  
en [tarambana.net](http://tarambana.net)  
y 14€ en taquilla



VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis sin saberlo, trabajan juntos y organizan una comida para presentar un proyecto clave. Pronto descubren que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan. En el teatro y la vida, lo real y lo imaginado se confunden en una comedia trágicamente burlesca. Paella es una obra que se baila, canta, cocina y comparte, abordando la igualdad de género con humor. Dirección: **Víctor Velasco**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **Nerea Moreno y David Fernández «Fabu»**. Una producción de **Tarambana Teatro**.

## SANDUNGUEO. OPEN DECK



**Factoría Jarana. A las 19h. Entradas 12€ con consumición**

COMILLAS

Una sesión de **electrónica** con **DJs emergentes**, ofreciendo un espacio de experimentación sonora y fiesta sin etiquetas. **Sandungueo** es el punto de encuentro perfecto para quienes buscan nuevos sonidos y un ambiente vibrante.

## STAND UP COMEDY: BOTO



**La Chocita del Loro Carabanchel.**  
A las 20h. Desde 10€/ 12€ con consumición en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. No te pier-

das esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** Para este pase podrás disfrutar de **Boto**. Su faceta de monologuista, improvisador, actor o guionista, le han llevado a trabajar o colaborar en programas como: *La Hora* de Jose Mota, Reportero de España Directo. Ha grabado en la cadena Paramount Comedy varios monólogos. Actúa bajo el sello del Club de la Comedia.

## LUNES 10

### PREPARACIÓN GRAND PRIX INTERCENTROS Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre  
previa inscripción

BUENA VISTA

Si te apasionan los **desafíos**, ¡esta es tu oportunidad! Participa en las actividades de preparación del **Centro Juvenil Carabanchel Alto** para el **Gran Prix**, donde podrás poner a prueba tus habilidades, aprender de los mejores y competir con otros jóvenes llenos de energía y talento. **No importa tu nivel**, todos son bienvenidos. ¡Te esperan para entrenar, aprender y dar lo mejor de ti en esta emocionante aventura! Actividad para edades comprendidas **entre los 14 y los 30 años**. 30 plazas. Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

### CLUB DE LECTURA DE TEATRO



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

COMILLAS

Dinamizado por **Javier Aranzadi**, este club propone un espacio de diálogo en torno a la lectura de textos teatrales. En esta sesión hablaremos sobre *Vania x Vania*, de **Pablo Remón**.

### MANDA CARALLO SHOW



**Azotea en Carabanchel.**  
A las 20h en [www.mixcloud.com/live/mandacarallo](http://www.mixcloud.com/live/mandacarallo)

Desde una azotea en **Carabanchel**, **MANDA CARALLO Show** trae sesiones en vivo de **Ska, Reggae, Rocksteady, Jazz, Dub, Dancehall y Soul**, explorando sonidos con raíces jamaicanas y ritmos globales. Un encuentro semanal con música vibrante y ambiente único. Si no podéis oírlo en directo, recordad que lo tendréis disponible tras su emisión en las principales plataformas de podcating (Mixcloud, Spotify, Ivoox, etc).

## MIÉRCOLES 12

### KISS OF LIFE



**Palacio de Vistalegre.**  
Consultar horario. Entradas desde 75€ en [ticketmaster.es](http://ticketmaster.es)

VISTA ALEGRE

La revolucionaria banda de **K-pop**, **Kiss of Life**, llega a Madrid para un **show exclusivo** en el **Palacio Vistalegre**. Desde su debut en 2023, estas **monster rookies** han conquistado los **rankings** globales con éxitos como *Sticky*, *Shhh*, *Midas Touch* e *Igloo*. Con influencias de Rosalía, Ariana Grande, Rihanna y SZA, el grupo formado por **Julie, Natty, Belle y Haneul** promete una noche inolvidable de pop, R&B y hip-hop. ¡No te pierdas su gran regreso a España! (Horario por confirmar).

## CONVERSACIONES EN FAMILIA:

ELECCIÓN DE UN CENTRO EDUCATIVO

Librería Derivas. A las 18h.

Precio: 15€ el ciclo completo / 8€ sesión suelta



COMILLAS

Marta Ortiz guía esta segunda sesión para reflexionar sobre la elección de colegio. Analizaremos el concepto de "buen colegio", deconstruyéndolo para generar una nueva perspectiva, y abordaremos el impacto emocional de esta decisión. Escucharemos testimonios de familias que han pasado por este proceso. Inscripciones: [hola@libreriaderivas.com](mailto:hola@libreriaderivas.com) o en la librería.

## JUEVES 13

### CLUB DE LECTURA FEMINISTA



Librería Derivas. A las 19h.

Precio: 10€ + compra del libro (5% de descuento)

COMILLAS

Dinamizado por Paula Bordonada, este club ofrece un espacio de reflexión y análisis desde una perspectiva feminista. En esta ocasión, debatiremos sobre *Amada y perdida*, de Susie Boyt.

### LA ESCUELA PERDIDA,

SOLO ES NUESTRO DESEO

Y LA PERA DEL OLMO

(MUESTRA TEATRAL)

Sala Tarambana.

A las 20h. Entradas anticipadas

12€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) /

14€ en taquilla



VISTA ALEGRE

Un niño, tres maestras, un inspector, una periodista, una tendera y un quintacolumnista reviven sus vidas en torno a la escuela republicana de Madrid, enfrentando el inicio del curso en plena Guerra Civil. Sus sueños chocan con la realidad del conflicto: educar, formar mujeres, llevar el cine a las aulas. Tras la victoria franquista, sufren exilio, represión y muerte, pero la esperanza persiste. *A la vuelta del verano* es una mirada a la educación y la resistencia. Dirección: Toni Ruiz.

## VIERNES 14

### PRESENTACIÓN DE LIBRO:



CUENTOS PARA NO PEGAR OJO

Librería Carabanchel.

A las 18:30h. Entrada libre

hasta completar aforo

VISTA ALEGRE

La librería Carabanchel organiza la presentación del libro **Cuentos para no pegar ojo**, de Nuria Sedeño. Esta obra es una colección de relatos que evocan el estilo de las narrativas góticas y las clásicas historias de vampiros. Cada cuento está impregnado de misterio y horror, garantizando mantener al lector en vilo. Se contará con la presencia de la propia autora.

## ESCRITOR@S QUE NOS INSPIRAN



Librería Derivas. A las 19h.

Precio: Entrada gratuita hasta completar aforo

COMILLAS

En colaboración con la Plataforma de Escritores de Latina y Carabanchel, cuatro autores de Carabanchel (dos hombres y dos mujeres) compartirán qué escritores han sido su referencia y modelo en su camino literario. Una oportunidad para conocer procesos creativos e inspiraciones detrás de la escritura.

### STAND UP COMEDY:

GUSTAVO BIOSCA

La Chocita del Loro

Carabanchel.

A las 20h. Desde 10€/12€

con consumición en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)



VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel, el primer local dedicado en exclusiva a los monólogos. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno *Stand-up Comedy*! Para este pase podrás disfrutar de Gustavo Biosca, quien sigue caracterizándose por su humor ácido y provocativo. No te pierdas a este monologuista y guionista de programas tan míticos y divertidos como *Comedy Central*, *Museo Coconut* o *Sopa de Gansos*.

### VALLEKANA SOUND

SYSTEM + ACHELA

Sala Gruta 77. A las 21:30h.

Entradas desde 10€

en [movingtickets.com](http://movingtickets.com) / 12€

en taquilla



SAN ISIDRO

En el Gruta 77, los Vallekana Sound System presentando su segundo disco de estudio Achela. La formación vallekana vuelve con un nuevo disco que renueva el estilo de la banda, adentrándose aún más en el flamenco y su fusión con el rap. Estarán acompañados por Antifa Nation, asegurando un espectáculo cuidado y poderoso para todos los públicos politizados.

### YEBEL EN CONCIERTO



Sala Tarambana.

A las 21:30h.

Entradas aticipadas 10€

en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 12€ taquilla

VISTA ALEGRE

De la inquietud y el riesgo nace este proyecto: el atrevimiento de Pedro Diezma (Petrus) de mostrar sus canciones. Durante la pandemia, decidió dar forma a sus ideas tras años en bandas como The Manflows y La Ganga Calé. En su home studio, creó un sonido propio con guitarras contundentes, contrabajos electrificados y violines con sabor a country. Para llevarlo al directo, se unieron Jimmy (contrabajo), Jorge Ramírez (guitarra) y Raúl Ronco (batería), aportando energía y diversidad a la propuesta.

## SÁBADO 15

### I FESTIVAL DE CORTOMETRAJE SOCIAL ISLAZUL

Centro Comercial Islazul.  
Abierto plazo de inscripción

BUENA VISTA

El Centro Comercial Islazul lanza el I Festival de Cortometraje Social dentro de *Islazultura*, su iniciativa cultural. Este certamen impulsa cineastas emergentes y la reflexión social a través del cine. Su formato maratón desafía a crear, producir y montar un corto en 39 horas. Se celebra del 28 al 30 de marzo, con más de 4.000€ en premios. Inscripción abierta hasta el 20 de marzo en [islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/](http://islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/). Los guiones deben estar vinculados con Carabanchel e Islazul.

### ENCUENTROS DE DANZA

#### PROYECTO DICE / ASOCIACIÓN DAN ZASS



Dibujo realizado por Rimbo (@laluchapinta) durante el Encuentro de Danza el 25 de Enero de 2025.

Consultar. 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. 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. Los encuentros se realizan dentro del Distrito de Carabanchel. Para inscribirte o solicitar más información: [info@danzass.com](mailto:info@danzass.com). Tlf.: 655417107 (Laura) 679289279 (Cristina).

### COLEBANCHEL 2025

4ª FIESTA POR LA EDUCACIÓN PÚBLICA

Instalación Deportiva Gorrión.  
A las 11:30h.  
Entrada libre.

SAN ISIDRO

Jornada festiva para celebrar y defender la educación pública en Carabanchel. Durante el día, disfrutaremos del concierto de *Yo Soy Ratón* por la mañana y de *Cromática Pistona* por la tarde. Además, habrá talleres infantiles, exhibiciones y torneos de baloncesto y voleibol. Un plan familiar ideal para conocer la escuela pública desde dentro, con actividades para todas las edades.

### INTERESTING SPACE DIGITALMENTE JÓVENES

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

A las 17h. Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

En el Centro Juvenil Carabanchel Alto, siguen con su anime y su imaginación un mes más ¿Eres más de la Tierra Media o Tatoonie? 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](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid). Más información en [cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636 045 586.

### EMOTICOLORS UN MUSICAL PARA TODA LA FAMILIA

Sala Tarambana. A las 17:30h.  
Entradas anticipadas 8€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

*EmotiColors* cuenta la historia de Black, un color rechazado por ser diferente. Con el tiempo, los demás colores descubren que Black es la suma de todos y de sus emociones. A través del teatro, la música y los audiovisuales, este espectáculo introduce a los niños en la inteligencia emocional, ayudándolos a reconocer y gestionar sus sentimientos. Recomendada desde los 3 años, es una experiencia mágica, llena de color, diversidad y tolerancia. ¿Y tú, de qué color te sientes hoy?. Una obra de Eva Bedmar, dirigida por Manu Medina.

### STAND UP COMEDY TRIPLE SESIÓN: RAQUEL MONTALVO / ALEJANDRO BOLI / DAVIS CORPA Y VICENTE PULKI

La Chocita del Loro Carabanchel.  
A las 19h / 21h / 23h.  
Desde 10€/12€ con consumo en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Disfruta de una noche de risas en **La Chocita del Loro Carabanchel**, el referente del *stand-up comedy* en España. En el primer pase, **Raquel Montalvo** te conquistará con su "elegancia kinky", un estilo cercano y lleno de anécdotas divertidas. Luego, **Alejandro Boli** presentará *Enganchado*, un monólogo sincero y cómico sobre las adicciones y la superación. Para cerrar, **Davis Corpa** y **Vicente Pulki** te harán perder la razón con un rompecabezas de humor original y desternillante. ¡No te lo pierdas!

### MONEDA VIRTUAL, EL DINERO QUE LLEGÓ DEL FUTURO

Librería El Trotajueves.

A las 19h. Entrada libre

OPANEL

¿Qué son los **Bitcoin** y qué impacto tienen las **criptomonedas** en la economía? **Juan Moñino** y **José Luis Corbacho**, expertos con más de una década de experiencia en el sector, explicarán cómo funcionan, sus riesgos y oportunidades. Una ponencia ideal para quienes desean entender este nuevo modelo económico y su impacto en el futuro financiero.

### EXPOSICIÓN: LA ILUSTRACIÓN EN LAS PORTADAS DE DISCOS

Sónico bar. A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, inauguración de la exposición *La ilustración en las portadas de discos*, de la colección de **Eugenio Gómez Ruíz**, acompañada de una fiesta con pincha discos de **ACME**. Todo esto en el Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a disfrutar de esta expo mientras te echas unos bailes y unas birras. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

## PAU PAU PRODUCCIONES: 🎭 EL OCASO DEL MINOTAURO

Sala Tarambana. A las 21h. Entradas anticipadas 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: Néstor Roldán y Pablo Paz. Interpretación: Pablo Paz.

## LE BIRRETTE + STEADY ROCKERS 🎵



Sala Gruta 77. A las 21:30h. Desde 10€ en movingtickets.com / 12€ en taquilla

VISTA ALEGRE

En el Gruta 77, Le Birrette es una *Ska Band* de mujeres afinada en Bolonia desde 2015. Exploran todos los ritmos jamaicanos de los años 60 y 70, desde el *rocksteady* al *ska* y del *roots* al *reggae*. Su inspiración parte de los tríos vocales clásicos como **The Techniques**, **The Gaylads** y **The Pioneers** y de las bandas instrumentales que grababan en **Studio One** en aquellos años. Han girado por Europa (Francia, Alemania, Italia, U.K. y esta es su 2ª visita a España) y se han dado el gusto de presentar la banda en Jamaica. Abrirán la noche los madrileños **Steady Rockers** con sus dos voces femeninas al frente convirtiendo en *Ska* cualquier canción estándar que te imagines, sin ningún tipo de complejos. Estarán presentando su nuevo trabajo de estudio.

## DOMINGO 16

### EMOTICOLORS

UN MUSICAL PARA TODA LA FAMILIA

Sala Tarambana. A las 12:30h. Entradas anticipadas 8€ en tarambana.net y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

**EmotiColors** cuenta la historia de Black, un color rechazado por ser diferente. Con el tiempo, los demás colores descubren que Black es la suma de todos y de sus emociones. A través del teatro, la música y los audiovisuales, este espectáculo introduce a los niños en la inteligencia emocional, ayudándolos a reconocer y gestionar sus sentimientos. Recomendada desde los 3 años, es una experiencia mágica, llena de color, diversidad y tolerancia. ¿Y tú, de qué color te sientes hoy?. Una obra de **Eva Bedmar**, dirigida por **Manu Medina**.

## PAELLA UNA COMEDIA GASTROESCÉNICA 🎭

Sala Tarambana. A las 19h. Entradas anticipadas 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis sin saberlo, trabajan juntos y organizan

una comida para presentar un proyecto clave. Pronto descubren que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan. En el teatro y la vida, lo real y lo imaginado se confunden en una comedia trágicamente burlesca. Paella es una obra que se baila, canta, cocina y comparte, abordando la igualdad de género con humor. Dirección: **Víctor Velasco**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **Nerea Moreno** y **David Fernández «Fabu»**. Una producción de **Tarambana Teatro**.

## STAND UP COMEDY: 🎭 ALEJANDRO BOLI Y RAQUEL MONTALVO

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

VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** Para este pase podrás disfrutar de **Alejandro Boli** y **Raquel Montalvo**, con su espectáculo **Chico bien, chica mal**.

## EL GRAN COMBO DE PUERTO RICO 🎵

Palacio de Vistalegre. A las 20:30h. Entradas desde 53€ en ticketmaster.es

VISTA ALEGRE

Madrid bailará al ritmo de la **mejor salsa** en el **Palacio Vistalegre**, con un evento sin precedentes presentado por **Soul Latino**. Esta nueva marca, enfocada en conciertos para el **público latino**, reunirá a tres grandes exponentes de la música tropical: **El Gran Combo de Puerto Rico**, leyenda viva de la salsa; **Yiyo Sarante**, la voz dorada de la salsa dominicana; y **Daniela Darcourt**, estrella emergente de Perú.

## LUNES 17

### PREPARACIÓN GRAND PRIX INTERCENTROS 🏆

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

BUENA VISTA

Si te apasionan los **desafíos**, ¡esta es tu oportunidad! Participa en las actividades de preparación del **Centro Juvenil Carabanchel Alto** para el **Gran Prix**, donde podrás poner a prueba tus habilidades, aprender de los mejores y competir con otros jóvenes llenos de energía y talento. **No importa tu nivel**, todos son bienvenidos. ¡Te esperan para entrenar, aprender y dar lo mejor de ti en esta emocionante aventura! Actividad para edades comprendidas **entre los 14 y los 30 años**. 30 plazas. Más información en [cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

## MANDA CARALLO SHOW 🎵

TRIBUTO A GREG LEE  
Emisión en streaming. A las 20h en [www.mixcloud.com/live/mandacarallo](http://www.mixcloud.com/live/mandacarallo).

Homenaje al legendario **Greg Lee**, cantante de **Hepcat**, cuya repentina desaparición impactó a la música jamaicana. Recordaremos su legado con piezas audiovisuales y testimonios de artistas y amigos que le conocieron bien. Greg actuó en varias ocasiones en Madrid, desta-

# CÓMO ESTAR PRESENTE YUZIN CARABANCHEL AGENDA CULTURAL DEL DISTRITO

## ENVIANDO TU PROGRAMACIÓN CULTURAL

Tu programación cultural aparecerá en las páginas de la revista todos los meses

## SIENDO UN PUNTO DE DISTRIBUCIÓN

Déjanos un huequito en tu local y cada mes te llevamos revistas

# DA UN PASITO MÁS... ANÚNCIATE EN YUZIN



cando su show en **Gruta 77** con **Western Standard Time Ska Orchestra** en 2016. Si no podéis oírlo en directo, estará disponible en **Mixcloud, Spotify e Ivoox**.

## MARTES 18

**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 Centro Municipal de Salud Comunitaria de Carabanchel. Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

**ARCHITECTS**   
**Palacio de Vistalegre.** A las 21h.  
Entradas desde 52,6€ en [ticketmaster.es](http://ticketmaster.es)

VISTA ALEGRE

¡**Architects** llega a **Madrid** en su **gira más ambiciosa** hasta la fecha! Tras telonear a **Metallica** y triunfar en el **Resurrection Fest 2023**, los titanes del **metalcore** británico presentan su nuevo álbum, **The Sky, The Earth & All Between**, que vió la luz en febrero. Por primera vez, la banda encabezará su propio **show** en España, con **Brutus** y **Guilt Trip** como invitados de

lujo. Con **riffs** colosales, energía arrolladora y los icónicos **bleghs** de **Sam Carter**. Esta será una noche **brutal** y **épica**.

## MIÉRCOLES 19

**CLUB DE LECTURA FEMINISTA**   
**Librería Derivas.** A las 19h. Precio: 10€ + compra del libro (5% de descuento)

COMILLAS

Dinamizado por **Paula Bordonada**, este club ofrece un **espacio de reflexión y análisis** desde una perspectiva **feminista**. En esta ocasión, se debatirá sobre **Amada y perdida**, de **Susie Boyt**.

## JUEVES 20

**I FESTIVAL DE CORTOMETRAJE SOCIAL ISLAZUL**   
**Centro Comercial Islazul..** Abierto  
plazo de inscripción (último día)

BUENAVISTA

El **Centro Comercial Islazul** lanza el **I Festival de Cortometraje Social** dentro de **Islazultura**, su iniciativa cultural. Este certamen impulsa cineastas emergentes y la **reflexión social** a través del cine. Su formato **maratón** desafía a crear, producir y montar un corto en **39 horas**. Se celebra del **28 al 30 de marzo**, con más de **4.000€** en premios. Inscripción abierta **hasta el 20 de marzo** en [islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/](http://islazul.com/actualidad/concurso-de-cortometrajes/). Los guiones deben estar vinculados con Carabanchel e Islazul.

## FIESTA INAUGURACIÓN EXPO COLECTIVA POR EL ANIVERSARIO DE LA NAVE IMAGINABLE

La Nave Imaginable.  
A las 19h. Entrada libre

COMILLAS

La Nave Imaginable celebra su **segundo aniversario** con una **exposición** que explora las **nostalgias y coyunturas de la generación millennial**. A través de la figura de perros y gatos, las obras revelan el entrelazado entre lo personal y lo político, reflejando un presente precario y la ansiedad por un futuro incierto. Un espacio de resistencia y compañía, donde el arte nos invita a imaginar un éxito que trascienda la mera supervivencia. Comisariada junto a **Lydia Garvín**.

## CLUB DE LECTURA FEMINISTA

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

COMILLAS

Dinamizado por **Paula Bordonada**, este club ofrece un **espacio de reflexión y análisis** desde una perspectiva **feminista**. En esta ocasión, se debatirá sobre **Amada y perdida**, de **Susie Boyt**.

## LA ESCUELA PERDIDA, SOLO ES NUESTRO DESEO Y LA PERA DEL OLMO (MUESTRA TEATRAL)

Sala Tarambana. A las 20h. Entradas anticipadas 12€ en tarambana.net / 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Un niño, tres maestras, un inspector, una periodista, una tendera y un quintacolumnista reviven sus vidas en torno a la escuela republicana de Madrid, enfrentando el inicio del curso en plena Guerra Civil. Sus sueños chocan con la realidad del conflicto: educar, formar mujeres, llevar el cine a las aulas. Tras la victoria franquista, sufren exilio, represión y muerte, pero la esperanza persiste. *A la vuelta del verano* es una mirada a la educación y la resistencia. Dirección: **Toni Ruiz**.

## VIERNES 21

### LABORATORIO DE CREACIÓN: CINE INTERVENIDO CON DENEB MARTOS



Tu patio hall de artistas (**Espacio Rojo**). A las 17h. Precio: 150€ en eventbrite.es (incluye entrada a conferencia performances de la artista)

COMILLAS

En este taller de la **Asociación Espacio Rojo**, guiado por **Deneb Martos**, explorarás el cine experimental y lo háptico de manera práctica y creativa. Durante **tres sesiones** (viernes tarde y sábado mañana y tarde), trabajarás con **celuloide y cine sin cámara**, transformando metraje mediante **intervención plástica y manipulación de la emulsión**. En la última sesión, experimentarás con un **proyector de 16 mm**, creando loops y explorando nuevas formas visuales y táctiles. Comienza el **viernes 21** a la hora indicada y continúa el **sábado 22** de 10h a 14h y de 16:30h a 19h. Más info en [info@espaciorojo.com](mailto:info@espaciorojo.com).

## QUANTUM OPEN DAY Darannur. Previa petición de cita. Precio: 20€

PUERTA BONITA

**Quantum SCIO** es un dispositivo de bio-resonancia que evalúa y equilibra el campo energético del cuerpo, restaurando la vitalidad y estimulando su poder regenerativo. Analiza 12.000 parámetros bioeléctricos en minutos, detectando virus, bacterias, vitaminas y más, proporcionando información sobre desequilibrios energéticos y posibles soluciones. En este **Quantum Open Day**, ofrecen sesiones individuales de **30 minutos** para conocer de primera mano sus beneficios y cómo puede ayudar en la salud y el bienestar.

## TALLER DE GOTAS DE LLUVIA



Virasana centro de Yoga y terapias. A las 17h. Precio: 5€

VISTA ALEGRE

Un taller donde se podrá experimentar esta **técnica ancestral**, inspirada en la visualización de la **aurora boreal** por los nativos americanos. A través de los **aromas más puros de los bosques frondosos**, se busca armonizar, equilibrar y rejuvenecer tanto a nivel físico como emocional. Beneficios como el alivio del estrés, mejora del sistema respiratorio, recuperación del sueño y reducción de dolores articulares hacen de esta experiencia un regalo para el bienestar. **Más info y reservas:** 626 097 030 (María Jesús) / [@virasanacentro](http://www.virasana.es).

## CONCIERTO DE CUENCOS TIBETANOS

Darannur. A las 19h. Precio: 20€

PUERTA BONITA

Acércate a celebrar con **Darannur** el equinoccio de primavera con un concierto especial de **cuencos tibetanos** y **cantos armónicos**, donde vivirás un viaje inolvidable gracias a la vibración del sonido. Descubre un espacio de máxima relajación y sorpréndete con las sensaciones que los cuencos y la voz irán llevando a tu cuerpo, a tu emoción y a tu espíritu.

## OPEN MIC: ARKOSE CLIMB & SING

Arkose. A las 19:30h. Entradas libre

VISTA ALEGRE

Vuelve el **Open Mic** de Arkose. ¿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* de 1500m<sup>2</sup>. En resumen, un lugar donde olvidarte del ajeteo diario, ejercitar cuerpo y mente, hacer amigos y descubrir tus propios límites.

## PRESENTACIÓN DEL LIBRO EL RENACER DE ALEXA

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

OPANEL

La escritora **Verónica Jumela**, vecina de **Carabanchel**, presenta su primera **novela de ciencia ficción**, *El renacer de Alexa*.

La historia sigue a una joven que busca su pasado para comprender sus habilidades **metahumanas** y descubrir su verdadera identidad. Un evento dedicado a la **literatura fantástica**, con espacio para el diálogo con la autora sobre su proceso creativo.

## STAND UP COMEDY

DOBLE SESIÓN: PEP ALEJANDRO / RUINAS PLANCHUELO

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 20h / 22h. Desde 10€/ 12€ con consumición en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Disfruta de una noche de risas en **La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer teatro dedicado a los monólogos en España. En el primer pase, **Pep Alejandro** te hará reír con su humor incisivo sobre la cotidianidad y su generación. En el segundo, **Ruinas Planchuelo**, con su estilo andaluz espontáneo e irreverente, combinará sátira y humor absurdo con interacción con el público. ¡No te pierdas esta dosis de comedia y optimismo en directo!

## EL MERENGAZO

Palacio de Vistalegre. A las 20h.

Entradas desde 74€ en [ticketmaster.es](http://ticketmaster.es)

VISTA ALEGRE

El **Merengazo** llega a **Madrid** para una noche inolvidable de **merengue** tropical, romántico yailable. El evento reunirá por primera vez en un mismo escenario a **Olga Tañón**, **Elvis Crespo** y **Sergio Vargas**, auténticas leyendas del género. Los asistentes podrán disfrutar de éxitos como *Es mentiroso*, *Suavemente*, *La quiero a morir* y muchos más. ¡Prepárate para una fiesta llena de ritmo y sabor en el **Palacio Vistalegre!**

## RAMBALAYA + THE VINEGARS



Sala Gruta 77. A las 21:30h.  
Desde 15€ en [movingtickets.com](http://movingtickets.com) /  
18€ en taquilla

SAN ISIDRO

**Rambalaya** vuelve con su tercer álbum, *Rambalaya Plays for the Brokenhearted*, reafirmando su esencia en el **Rhythm & Blues**, **Soul** y **Rock & Roll**. Su sonido es una máquina perfectamente engrasada que combina la fuerza del **R&B clásico** con el espíritu del **Rock & Roll más puro**. Con una alineación de músicos excepcionales y el inconfundible **Jonathan Herrero** al frente, prometen un **show** inolvidable. **The Vinegars**, con su enérgico **Swing** y **Rhythm & Blues** de los 40s y 50s **en castellano**, serán los anfitriones perfectos para esta gran noche de música vibrante yailable en el **Gruta 77**.

## SÁBADO 22

## ENCUENTROS DE DANZA

PROYECTO DICE / ASOCIACIÓN DAN ZASS

Consultar. 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. 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. Los encuentros se realizan dentro del Distrito de Carabanchel. Para **inscribirte** o solicitar más información: [info@danzass.com](mailto:info@danzass.com). Tlf.: 655417107 (Laura) 679289279 (Cristina).

## TALLER DE IMPRESIÓN CON TIPOS MÓVILES

Gráficas Almeida - Almeida impresores. A las 10h. Precio: 70€ (50% dto. pagos bizum: 629 014 225)

VISTA ALEGRE

Descubre la esencia de la imprenta clásica en este **Taller de impresión con tipos móviles**. Durante siete horas, aprenderás desde la composición hasta la impresión artesanal con tipos de plomo y madera, usando prensas manuales como *Minervas*, *Boston* y *Adana*, además de una réplica de la máquina que imprimió el *Quijote*. Impartido por **José Manuel Martín Lanza**, experto en tipografía con premios y conferencias en toda España. **Máximo 10 participantes**. Info e inscripciones: [almeida@graficasalmeida.com](mailto:almeida@graficasalmeida.com).

## HAZTE UN SET DE APERITIVO

Nüwa Arte y cerámica. A las 11h.  
Precio: 55€ (materiales incluidos) en [nuwaceramica.com](http://nuwaceramica.com)

SAN ISIDRO

¡Dale un toque personal a tus quedadas con un set de aperitivo hecho por ti! Hazte un set de aperitivo es un taller en el que podrás hacer y decorar tu set de aperitivo personalizado de dos piezas de cerámica. Estará compuesto por una tabla o bandeja y un cuenco. Utilizaremos la técnica de planchas para el set de aperitivo que después decorarás como más te guste. Después, en **Nüwa Arte y Cerámica** cuecen las piezas, le dan una capa de esmalte brillo y las vuelven a cocer para que puedas ir a recogerlas terminadas en unas semanas. Los materiales que utilizamos son aptos para microondas y lavavajillas. Todos los materiales y herramientas están incluidos en el precio.

## TALLER DE ARTETERAPIA, MOVIMIENTO Y MEDITACIÓN "RENACE A TÍ"

Candra Yoga. A las 11h. Aportación: desde 10€ en [candrakundaliniyoga.es/candragenda](http://candrakundaliniyoga.es/candragenda)

SAN ISIDRO

Vive una experiencia única desde la arteterapia, el movimiento consciente y la meditación para **Renacer a ti**. Conectarás con la fuerza vital del deseo, desde la ligereza, para ir a por lo que nuestra Alma desea genuinamente. Trabajaremos la aceptación, la apertura y la confianza y como técnica artística utilizaremos la arcilla para crear nuestro presente, dejando que nuestra Esencia nazca a la Vida, en este inicio de primavera. Más info por **whatsapp** (619570007 / 625271730).

## SALIDA GRAND PRIX INTERCENTROS

Centro Juvenil Carabanchel Alto. A las 16h. Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

Acércate al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** a disfrutar de una **competencia llena de diversión, desafíos y nuevos amigos**. ¡Es tu momento para brillar! Te esperan. Actividad para todas las edades.

Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e inscríbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

## SWAP



**Centro Juvenil Carabanchel Alto.** A las 16h. Entrada libre previa inscripción

BUENAVISTA

¡Ven al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** renueva tu armario y encuentra nuevas joyas de moda! Acércate a este **swap de ropa**, intercambia prendas y dale una nueva vida a tu estilo. ¡Diversión, moda y sostenibilidad te esperan! Actividad para todas las edades. Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e inscríbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

## HAZTE UNA TAZA O UN CUENCO



**Nüwa Arte y cerámica.** A las 17:30h. Precio: 45€ en [nuwaceramica.com](http://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. precio. ¡Dale un toque único a tus desayunos con una creación hecha por ti!

## PAÑUELOS TEATRO PARA BEBÉS



**Sala Tarambana.** A las 17:30h. Entradas anticipadas 8€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

**Pañuelos** es un viaje sensorial por las estaciones del año, guiado por una mariposa y un árbol de colores y olores que despiertan emociones. Pensado para los más pequeños, este espectáculo interactivo combina danza, música, juegos de luces y texturas visuales y táctiles, permitiendo a los bebés explorar su entorno y desarrollar habilidades. Un espacio diseñado para la estimulación sensorial, donde los estímulos, el sonido y la iluminación se adaptan para una experiencia envolvente y única. ¡No te lo pierdas!. Una producción de **Tarambana Teatro**. Autoría y Dirección: **Eva Bedmar**. Intérpretes: **Aída de la Cruz** y **Camila Puelma**. Música original: **Momo Cortés**. Iluminación: **Lola Barroso**.

## MI MASCOTA IMAGINARIA - TALLER INFANTIL

**Librería Derivas.** A las 17:30h.

Precio: 8€

COMILLAS

Con **Lucía Marroquín**, los niños inventarán y dibujarán su **mascota ideal**. ¿Tendría alas, cuernos o superpoderes? Un taller creativo donde cada peque podrá **dar vida a un personaje único**, plasmando sus ideas en un dibujo y dándole un nombre. Dirigido a niños a **partir de 4 años**.

## CLUB DE LECTURAS DESVIADAS



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

COMILLAS

Dinamizado por **Rocío Feltrez**, este club propone **pensar desvíos de la cisheteronorma** y otros modos dominantes de entender afectos, cuerpos y cuidados. A través de la lectura de **Quién teme a lo queer**, de **Víctor Mora**, exploraréis alternativas al discurso hegemónico y reflexionaremos sobre las derivas del presente.

## STAND UP COMEDY



**TRIPLE SESIÓN: PEP ALEJANDRO / ALBERVIL / PABLER CABRERA**  
**La Chocita del Loro Carabanchel.** A las 19h / 21h / 23h. Desde 10€ / 12€ con consumición en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Disfruta de una noche de risas en **La Chocita del Loro Carabanchel**, el referente del *stand-up comedy* en España. En el primer pase, **Pep Alejandro** hará humor incisivo sobre la cotidianidad y su generación. En el segundo, **Albervil** combinará humor inteligente y observacional con improvisación y cercanía. Para cerrar, **Pabler Cabrera** desatará carcajadas con su estilo perspicaz y absurdo. ¡No te pierdas esta dosis de comedia y optimismo en directo!

## NOCHE DE PINCHADA CON JAVI SIN MORRALLA



**Sónico bar.** A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el **Sónico bar**, noche de pinchada organizada por **Emilio** y **Eugenio** con todo el sonido del Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con **Javi Sin Morralla**. Sesión Soul, R&B, latin soul, jamaicano. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

## HOKE



**Palacio de Vistalegre.** A las 21h. Entradas desde 34€ en [ticketmaster.es](http://ticketmaster.es)

VISTA ALEGRE

El rapero valenciano **Hoke**, una de las figuras más influyentes y respetadas de la escena urbana española, publica su nuevo álbum, **Tres Creus**, diez canciones inéditas bajo la producción ejecutiva del propio Hoke y estará en **Madrid** en el **Palacio Vistalegre**.

## TÚ SÍ QUE ME PONES NERVIOSA



**MOSAICOS CARABANCHEL. (TEATRO COMUNITARIO DE MUJERES)**  
**Sala Tarambana.** A las 21h. Entradas anticipadas 12€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

¡Bienvenidos al fascinante mundo del placer! Un grupo de mujeres explora en escena distintos placeres, desde los más evidentes hasta los más complejos y con-

trovertidos. A través del teatro, música, baile y entrevistas, investigan los límites entre el placer y sus aparentes opuestos, asomándose incluso al no-placer. Tras meses de exploración, el **Teatro Comunitario de Mujeres de Carabanchel** presenta una propuesta ecléctica y sugerente. Una experiencia sensorial que invita a cuestionar y disfrutar.

## ST. PATRICK DAY VII:

### MR. IRISH BASTARD (IRLANDA/ALEMANIA) + BESTAS + BLADDERS



**Sala Gruta 77. A las 21:30h. Desde 12€ en [movingtickets.com](https://movingtickets.com) / 15€ en taquilla**

**SAN ISIDRO**

La **Fiesta de San Patricio** en **Madrid** y **Gruta77** promete un **triple cartel explosivo** de **Celtic Punk**, **folk rock** y **punk melódico**. Desde Alemania, **Mr. Irish Bastard** traerá su enérgica fusión de **Punk** y **música irlandesa**, inspirados en **The Pogues** y **Flogging Molly**. Desde Galicia, **Bestas** debutará con su sonido que va del **punk rock** a la **música tradicional gallega**, combinando **distorsión con gaitas** y letras en gallego. Cerrando la noche, los **Bladders** pondrán el broche de oro con su **punk melódico acelerado**, al más puro estilo de los 90s californianos. ¡Música sin frenos y espíritu festivo asegurado!

## DOMINGO 23

### PAÑUELOS

#### TEATRO PARA BEBÉS

**Sala Tarambana. A las 12:30h. Entradas anticipadas 8€ en [tarambana.net](https://tarambana.net) y 10€ taquilla**

**VISTA ALEGRE**

**Pañuelos** es un viaje sensorial por las estaciones del año, guiado por una mariposa y un árbol de colores y olores que despiertan emociones. Pensado para los más pequeños, este espectáculo interactivo combina danza, música, juegos de luces y texturas visuales y táctiles, permitiendo a los bebés explorar su entorno y desarrollar habilidades. Un espacio diseñado para la estimulación sensorial, donde los estímulos, el sonido y la iluminación se adaptan para una experiencia envolvente y única. ¡No te lo pierdas!. Una producción de **Tarambana Teatro**. Autoría y Dirección: **Eva Bedmar**. Intérpretes: **Aída de la Cruz** y **Camila Puelma**. Música original: **Momo Cortés**. Iluminación: **Lola Barroso**.

## I EDICIÓN

### DE RADIO GUATEQUE: PRIMAVERA UNDERGROUND

**Madreams. A las 13h. Entradas desde 8€**

**SAN ISIDRO**

**Primavera Underground** es la **primera Edición de Radio Guateque**, un festival con distintas disciplinas artísticas que fusiona en una **performance de Radio** en directo con actuaciones en vivo, donde los artistas además de actuar podrán darse a conocer y presentar sus proyectos. Habrá música en directo, comida, bebida, rifas, subastas, **merchandising**, exposiciones y un montón de sorpresas más. Artistas y público podrán interactuar, conocerse y divertirse en un espacio enorme lleno de otros artistas y público. En esta primera

edición la temática es más alternativa y estáis invitados a acercaros caracterizados para el evento. Más info y compra de entradas en **@Okan Producciones (IG)**.

## PAELLA UNA COMEDIA

### GASTROESCÉNICA

**Sala Tarambana. A las 19h. Entradas anticipadas 12€ en [tarambana.net](https://tarambana.net) y 14€ en taquilla**

**VISTA ALEGRE**

Amparo y Federico, una pareja en crisis sin saberlo, trabajan juntos y organizan una comida para presentar un proyecto clave. Pronto descubren que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan. En el teatro y la vida, lo real y lo imaginado se confunden en una comedia trágicamente burlesca. **Paella** es una obra que se baila, canta, cocina y comparte, abordando la igualdad de género con humor. Dirección: **Victor Velasco**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **Nerea Moreno** y **David Fernández «Fabu»**. Una producción de **Tarambana Teatro**.

## STAND UP COMEDY

### CARLOS MARTÍNEZ

**La Chocita del Loro Carabanchel.**

**A las 20h. Desde 10€/ 12€**

**con consumición en [dinaticket.com](https://dinaticket.com)**

**VISTA ALEGRE**

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** Para este pase podrás disfrutar de **Carlos Martínez**, con un estilo irreverente y provocador, se ha consolidado como uno de los grandes del **stand-up comedy** en España. Su talento, heredado de una madre que le inculcó la habilidad de interpretar historias como si las viviera, le ha llevado a destacar por su claridad y contundencia.

## LUNES 24

### MANDA CARALLO SHOW

#### ESPECIAL SKA JAPONÉS

**CON RAFAEL FRÍAS**

**Emisión en streaming.**

**A las 20h en [www.mixcloud.com/live/mandacarallo](https://www.mixcloud.com/live/mandacarallo)**

El artista y periodista **Rafael Frías**, uno de los mayores expertos en **Ska japonés**, nos guiará en un recorrido vibrante por lo mejor del género producido en Japón. Desde **Caracas**, compartirá su conocimiento con su estilo dinámico y sorprendente, explorando las bandas y sonidos más representativos. Si no podéis oírlo en directo, estará disponible en **Mixcloud**, **Spotify** e **Ivoox**.

## MARTES 25

### 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**. Utilizaremos las artes plásticas para expresarnos y conocernos 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](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](https://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid).

## CLUB DE LECTURA DE CÓMIC

Librería Derivas. A las 19h. Precio: 8€ + compra del libro (5% de descuento)

COMILLAS

Dinamizado por **Efrén Tarifa**, este club explora el **cómic** como herramienta narrativa y artística. En esta sesión comentaremos **Cinco mil kilómetros por segundo**, de **Manuele Fior**, una obra visualmente impactante que aborda el paso del tiempo y las relaciones humanas.

### JUEVES 27

## SIN ESTRÉS EN 2025



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 el bienestar y el desarrollo personal. El **mindfulness**, o atención plena, consiste en estar completamente presente en el momento, observando sin juicio los pensamientos, emociones y sensaciones físicas. La respiración consciente es una herramienta poderosa con múltiples beneficios: reducción del estrés, mejora de la concentración, gestión emocional, aumento del autoconocimiento y bienestar físico. Ven y compruébalo. Facilita **Luisa Fernanda**, presidenta de @afibrom y experta en estrés y dolor. **Más info e inscripciones:** 626 097 030 (María Jesús)/ @virasanacentro.

## LA ESCUELA PERDIDA, SOLO ES NUESTRO DESEO Y LA PERA DEL OLMO (MUESTRA TEATRAL)

Sala Tarambana. A las 20h. Entradas anticipadas 12€ en tarambana.net / 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Un niño, tres maestras, un inspector, una periodista, una tendera y un quintacolumnista reviven sus vidas en torno a la escuela republicana de Madrid, enfrentando el inicio del curso en plena Guerra Civil. Sus sueños chocan con la realidad del conflicto: educar, formar mujeres, llevar el cine a las aulas. Tras la victoria franquista, sufren exilio, represión y muerte, pero la esperanza persiste. *A la vuelta del verano* es una mirada a la educación y la resistencia. Dirección: **Toni Ruiz**.

### VIERNES 28

## SIN ESTRÉS EN 2025

Virasana centro de Yoga y terapias. A las 10h. Precio: 5€

VISTA ALEGRE

Una práctica que cultiva la **conciencia plena** de la respiración para fomentar el bienestar y el desarrollo personal. El **mindfulness**, o atención plena, consiste en estar completamente presente en el momento, observando sin juicio los pensamientos, emociones y sensaciones físicas. La respiración consciente es una herramienta poderosa con múltiples beneficios: reducción del estrés, mejora de la concentración, gestión emocional, au-

mento del autoconocimiento y bienestar físico. Ven y compruébalo. Facilita **Luisa Fernanda**, presidenta de @afibrom y experta en estrés y dolor. **Más info e inscripciones:** 626 097 030 (María Jesús)/ @virasanacentro.

## STAND UP COMEDY: GUSTAVO BIOSCA

La Chocita del Loro Carabanchel. A las 20h. Desde 10€/ 12€ con consumo en dinaticket.com

VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** Para este pase podrás disfrutar de **Gustavo Biosca**, quien sigue caracterizándose por su **humor ácido y provocativo**. No te pierdas a este monologuista y guionista de programas tan míticos y divertidos como **Comedy Central**, **Museo Coconut** o **Sopa de Gansos**.

## HIJOS DE KING KONG + ARDHI YA WAASI

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

SAN ISIDRO

**Hijos de Kong Kong** regresa con su nuevo LP *Ya Estoy Fuera*, un trabajo que refleja su sonido **Ska-Latin Rock** con toques de **punk**, **reggae** y **dance**. Formada en Madrid con músicos de distintas nacionalidades, la banda está liderada por **Mariano Alda** y **Tote López** (voz y guitarra), junto a **Edgar Sarmiento** (batería), **Félix** (bajo), **Angelo Mancini** (trompeta) y **Mauri** (guitarra). Junto a ellos, **Ardhi Ya Waasi**, una banda que explora todos los estilos del **reggae**, fusionando **roots**, **ska**, **dancehall** y **rock steady** con letras **críticas** y **comprometidas**. ¡Una noche de fusión, energía y música sin ataduras!

## SEVENBLUES, EN CONCIERTO



Sala Tarambana. A las 21:30h. Entradas 10€ en tarambana.net y 12€ taquilla

VISTA ALEGRE

**Sevenblues**, banda de Rock Urbano formada en 2012 en Carabanchel, ensaya en el mítico **Carabox**. Con voz, tres guitarras, bajo y batería, su estilo sigue la línea de grupos como **Marea** y **Barricada**, con letras de protesta que reflejan sus vivencias. **Para Paco**, **Diego**, **Chivi**, **Irene** y **Javi**, la banda ha sido un punto de inflexión personal y musical. Tras su primer álbum *Sevenblues*, trabajan en su segundo disco para 2024, con temas cargados de Rock y Blues como *Huracán*, *Mala* y *Lágrimas Robadas*.

## OPEN MIC

La Chocita del Loro Carabanchel. A las 22h. Entradas desde 7€ en dinaticket.com

VISTA ALEGRE

Otra noche de **Open Mic** en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. Vive una noche involi-

dable con estas sesiones donde cómicos, tanto emergentes como experimentados, presentan nuevos monólogos y prueban material inédito ante el público. Estas sesiones ofrecen una plataforma para que los artistas afinen sus rutinas y conecten directamente con la audiencia en un ambiente íntimo y participativo.

SÁBADO 29

## CURSO DE GOTAS DE LLUVIA



**Virasana centro de Yoga y terapias.** A las 10h. Precio: 80€ (con reserva previa de 20€)

VISTA ALEGRE

Curso **teórico-práctico** de 3 horas y media de duración que proporciona material teórico y enseña esta **técnica ancestral** inspirada en la observación de la **aurora boreal** por los nativos americanos. Es una experiencia **armonizadora, rejuvenecedora y equilibradora**, que libera **tensiones y bloqueos emocionales**, además de fortalecer el **sistema inmunológico y muscular**. Sus beneficios incluyen el alivio del estrés, dolores articulares y mejora del sistema respiratorio y del sueño. Dirigido a quienes desean aprender y aplicar esta terapia. **Más info y reservas:** 626 097 030 (María Jesús) / [www.virasana.es](http://www.virasana.es) / @virasanacentro.

## ENTRE CUERPOS Y CONSENTIMIENTOS



**Factoría Jarana.** A las 11h. Entrada libre

COMILLAS

**Natalia Mariño**, directora y **sexóloga**, propone un espacio de **encuentro y reflexión** sobre la intimidad en la escena, tanto teatral como audiovisual. A través de pautas artísticas, se explorarán experiencias y formas de abordar el **consentimiento en la interpretación**. Dirigido a cualquier persona del sector.

## YOGUI-CUENTOS CON DALA YOGA

**Librería Derivas.** A las 11:30h. Precio: 8€

COMILLAS

Una experiencia única que combina **yoga y cuentos** para que los niños no solo escuchen historias, sino que las vivan a través del movimiento. Un espacio para la **creatividad y el juego**, dirigido a peques de entre 4 y 8 años.

## MEMORIAS, DE NIEVES RODRÍGUEZ



**Sala Tarambana.** A las 17:30h. Entradas anticipadas 8€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

**Memorias** es una obra teatral para niños desde 9 años que explora el poder de la memoria, la familia y el vínculo entre generaciones. A través de las historias de una abuela, una madre y una nieta, muestra cómo sus experiencias, aunque distintas, las conectan profundamente. La obra aborda la emigración interior, contrastando el campo y la ciudad, y enriqueciendo la narrativa con proyecciones visuales.

Con delicadeza, resalta la importancia de recordar y honrar a quienes amamos, promoviendo empatía, respeto y el valor de nuestras raíces. Idea original: **Eva Bedmar**. Dramaturgia: **Nieves Rodríguez**. Dirección: **Emilio Goyanes**. Música: **Momo Cortés**. Elenco: **Aida de la Cruz, Nerea Moreno y Marina Muñoz**.

**DENEB MARTOS:** **RECORRIDO PERFORMÁTICO Y LOS PROCESOS CREATIVOS**  
**Tu patio hall de artistas (Espacio Rojo).** A las 18h. Consultar

COMILLAS

La **Asociación Espacio Rojo** ofrece la oportunidad de asistir a esta conferencia performativa que supone un recorrido por la obra y los procesos creativos de la artista **Deneb Martos**, artista visual y docente especializada en fotografía y cine sin cámara, además de técnicas fotoquímicas tradicionales y eco sostenibles. En sus proyectos de cine expandido, amplía su práctica hacia experiencias hápticas y performativas, reflexionando sobre la representación de la imagen y la interacción con dispositivos audiovisuales. Su obra ha sido presentada en prestigiosos festivales y espacios internacionales. Más info e inscripciones en [nfo@espaciorejo.com](mailto:nfo@espaciorejo.com).

## JÓVENES + CLÁSICOS EN CARABANCHEL:



**CUARTETO NOBILE**



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

PUERTA BONITA

Vuelven **Jóvenes + Clásicos en Carabanchel** con el cuarteto de cuerda **Cuarteto Nobile** con **Gema Pastor Aller** (violín), **Shadieva Quintana Miota** (violín), **Marina Menéndez Fernández** (viola) y **Jun Hyung Lee Lee** (violonchelo). El Cuarteto Nobile se funda en 2023 en el Real Conservatorio Superior de Música de Madrid y ha trabajado bajo la tutela de **Helena Poggio** (Cuarteto Quiroga). Ha interpretado obras de **Haydn, Mendelssohn y Mozart** y recibido clases magistrales de **Tomás Cotik**. En 2024, actuó en la **Residencia de Estudiantes de Madrid** y realizó una grabación con **RTVE** en colaboración con **Luz Orihuela** para el programa **Andante con moto**. Obras de **W. A. Mozart, F. Mendelssohn**. Entrada gratuita hasta completar aforo (acceso media hora antes del inicio). Organiza: **Madrid a Tempo**, en colaboración con la **Junta Municipal del Distrito de Carabanchel**. Duración: **60 minutos**. Edad recomendada: **A partir de 12 años**.

## IA: PRODUCTIVIDAD, CREATIVIDAD Y OPORTUNIDAD

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

OPANEL

La **inteligencia artificial** ya es parte de nuestra vida. **Elsa Maillol**, experta en **IA y arte**, nos explicará qué es, cómo usarla y de qué forma impacta en nuestra **productividad y creatividad**. Su experiencia nos ayudará a entender mejor esta herramienta y a descubrir su potencial en la vida cotidiana y el ámbito profesional.

## NOCHE DE PINCHADA CON PACO ALGARRA

Sónico bar. A las 20h. Entrada libre

VISTA ALEGRE

En el Sónico bar, noche de pinchada organizada por Emilio y Eugenio con todo el sonido del Sónico Beat, Beer, Bar. Acércate a echarte unos bailes y unas birras con Paco Algarra. Garaje. Sin duda, la mejor música a este lado del río.

## STAND UP COMEDY

DOBLE PASE: FERNANDO «EL PELAO» / JUANMA MOLINA

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 21h / 23h. Desde 10€/ 12€ con consumición en [dinaticket.com](http://dinaticket.com)

VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel, el primer local dedicado en exclusiva a los monólogos. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** En el primer pase podrás disfrutar de Fernando «El Pelao». Si quieres pasar un rato divertido y reírte con sus ocurrencias, es tu hombre. Siempre le gusta crear contenido exclusivo y personalizado. Con saber a qué te dedicas y dónde vives, puede darte una visión diferente de ti mismo. Y para el segundo tendrá a Juanma Molina, cuyos espectáculos no son el típico show monologuista, escenario y público... Va más allá introduciendo la improvisación, la imitación y el tú a tú con el público asistente.

## TÚ SI QUE ME PONES NERVIOSA

MOSAICOS CARABANCHEL. (TEATRO COMUNITARIO DE MUJERES)



Sala Tarambana. A las 21h. Entradas anticipadas 12€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

¡Bienvenidos al fascinante mundo del placer! Un grupo de mujeres explora en escena distintos placeres, desde los más evidentes hasta los más complejos y controvertidos. A través del teatro, música, baile y entrevistas, investigan los límites entre el placer y sus aparentes opuestos, asomándose incluso al no-placer. Tras meses de exploración, el **Teatro Comunitario de Mujeres de Carabanchel** presenta una propuesta ecléctica y sugerente. Una experiencia sensorial que invita a cuestionar y disfrutar.

## GIRANDO POR SALAS:

TIGRE Y DIAMANTE

+ SRta. TRUENO NEGRO



Sala Gruta 77. A las 21:30h. Entradas anticipadas desde 9€ en [mutick.com](http://mutick.com) / 12€ taquilla

SAN ISIDRO

Tigre y Diamante es una banda difícil de clasificar debido a la cantidad de so-

nidos que manejan, si su influencia más evidente es el **Garage Punk** (Stooges, Television, Damned, Husker Du), su sonido se acerca a lo más *underground* de los años 60s (Sonic, Small Faces, Kingmen) y la conclusión es un **cocktail** que suena a relectura muy evolucionada de los años 90. Actitud Punk, sarcasmo surrealista. Financiado por INAEM. Proyecto **Girando por Salas**. Les acompañarán Srta. Trueno negro, una mezcla de rock alternativo y post-punk, con letras afiladas y una actitud arrolladora.

## RAUL CLYDE EN CONCIERTO



Palacio de Vistalegre. A las 21:30h. Entradas desde 28€ en [ticketmaster.es](http://ticketmaster.es)

VISTA ALEGRE

Por primera vez en exclusiva el concierto del exitoso álbum **Destino 2014** de Raul Clyde junto al **Deluxe** (49Edition) en vivo en el **Palacio Vistalegre**. Una autoproducción inspirada por parte del equipo interno en el álbum donde sonará completo.

## DOMINGO 30

## MEMORIAS, DE NIEVES RODRÍGUEZ

Sala Tarambana. A las 12:30h.

Entradas anticipadas 8€ en [tarambana.net](http://tarambana.net) y 10€ taquilla

VISTA ALEGRE

**Memorias** es una obra teatral para niños desde 9 años que explora el poder de la memoria, la familia y el vínculo entre generaciones. A través de las historias de una abuela, una madre y una nieta, muestra cómo sus experiencias, aunque distintas, las conectan profundamente. La obra aborda la emigración interior, contrastando el campo y la ciudad, y enriqueciendo la narrativa con proyecciones visuales. Con delicadeza, resalta la importancia de recordar y honrar a quienes amamos, promoviendo empatía, respeto y el valor de nuestras raíces. Idea original: Eva Bedmar. Dramaturgia: Nieves Rodríguez. Dirección: Emilio Goyanes. Música: Momo Cortés. Elenco: Aida de la Cruz, Nerea Moreno y Marina Muñoz.

## APERITIVO ROCK&ROLL: LOS COMENSALES

+ ELDER SHAKER



Sala Gruta 77. A las 13h. Entradas anticipadas desde 5€ en [movingtickets.com](http://movingtickets.com)

SAN ISIDRO

Nuevo domingo con aperitivo rockero en Gruta 77. Esta vez, **Los Comensales** traen su **rock alternativo** con tintes de **indie** y **post-punk**, combinando letras afiladas con un sonido envolvente. **Elder Shaker**, con su estilo energético y vibrante, fusiona **blues, rock y folk**, ofreciendo una experiencia sonora intensa y auténtica.

## PAELLA

UNA COMEDIA GASTROESCÉNICA  
Sala Tarambana. A las 19h. Entradas anticipadas 12€ en tarambana.net y 14€ en taquilla

VISTA ALEGRE

Amparo y Federico, una pareja en crisis sin saberlo, trabajan juntos y organizan una comida para presentar un proyecto clave. Pronto descubren que no solo son ellos, sino también los actores que los interpretan. En el teatro y la vida, lo real y lo imaginado se confunden en una comedia trágicamente burlesca. Paella es una obra que se baila, canta, cocina y comparte, abordando la igualdad de género con humor. Dirección: **Víctor Velasco**. Autor: **David Fernández «Fabu»**. Elenco: **Nerea Moreno** y **David Fernández «Fabu»**. Una producción de **Tarambana Teatro**.

## STAND UP COMEDY:

RUINAS PLANCHUELO

La Chocita del Loro Carabanchel.

A las 20h. Desde 10€/ 12€ con consumición en dinaticket.com

VISTA ALEGRE

Vive una noche inolvidable con los cómicos más destacados del país en el **Café Teatro La Chocita del Loro Carabanchel**, el primer local dedicado en exclusiva a los **monólogos**. No te pierdas esta dosis de humor y optimismo en directo. ¡Anímate y vive el fenómeno **Stand-up Comedy!** Para este pase podrás disfrutar de **Ruinas Planchuelo**, cómico andaluz que mezcla cotidianidad y humor absurdo con un estilo espontáneo e irreverente en el que aborda temas de su tierra y de la vida diaria. Su comedia está cargada de sátira e interacción con el público.

## EXPOSICIONES



### 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 @historiadeunsombrero / @unlugarbymanriq

## CURSOS · TALLERES



### QURANDO

DANZAS MEXICANAS

Candra Yoga

SAN ISIDRO

Candra Yoga anuncia un nuevo grupo de **Danzas Mexicanas**, una práctica donde se entremezcla diferentes danzas tribales que incluye un trabajo de ritmo con instrumentos. Serán **todos los miércoles de 10:30h a 12h**. Clase de prueba gratuita. Más info y reservas: 630 978 348 (Bruno).

### MASTERCLASS DE GUITARRA

Centro Juvenil Carabanchel Alto.

Entrada libre previa inscripción

BUENA VISTA

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 marzo de 18 h a 19 h en el **Centro Juvenil de Carabanchel Alto**. Disponibles 12

plazas. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.nk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.nk.at/centrosjuvenilesmadrid).

### CLASES DE YOGA Y PILATES

Asociación Vecinal Carabanchel Bajo

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

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](mailto:info@danzaer.es). web: [www.danzaer.es](http://www.danzaer.es).

### TALLERES DE TEATRO EN LA BANDA

Asociación cultural LaBanda

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](mailto:lolasevillac@gmail.com) / 620 267 622.

### TALLER MARZO A VOCES (CON PALABRA)

Librería Derivas.

A las 18:30h. Precio: 60€

Un taller sobre la importancia de la **voz en la literatura**. Se analizarás cómo las distintas voces narradoras configuran el **sentido** de una historia. Exploraréis relatos en primera y tercera persona y experimentaréis con **formas narrativas propias**. Dirigido a cualquier persona, con o sin experiencia en escritura. Todos los lunes del 17 al 31 de marzo y el lunes, 7 de abril.

### 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 ni-

ños, 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 CENTRO DE YOGA Y TERAPIAS VIRASANA



Virasana

VISTA ALEGRE

Tu espacio de bienestar en Carabanchel. **Virasana** es un oasis de calma en el corazón de Carabanchel, dedicado al bienestar y la armonía. Ofrece **clases de yoga** para todos los niveles, donde se combinan las asanas con enseñanzas ancestrales para mejorar la postura y el bienestar mental. Además, cuenta con sesiones de **meditación** y **mindfulness**, así como terapias alternativas como **reiki**, **aromaterapia** y **masajes holísticos**. También organiza talleres de crecimiento personal. Se encuentra en **Juan Alonso, 13**, con horarios de mañana, mediodía y tarde, además de **clases online**. Más información y reservas: [www.virasana.es](http://www.virasana.es) / 626 097 030 / @virasanacentro.

## 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** todos los **miércoles** de marzo de **17 h a 18 h** 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](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid](http://www.lnk.at/centrosjuvenilesmadrid)

## 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](mailto:asociacion.dan.zass@gmail.com). Tel. 646 515 954 (Cristina) [www.danzass.com](http://www.danzass.com),

## VOCESON – PODCAST Centro Juvenil Carabanchel Alto.

Entrada libre previa inscripción

Acércate al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y únete a su grupo de **podcast** todos los **jueves** de **marzo** de **17 h a 19 h**. 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](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.bit.ly/inscripcioncj](http://www.bit.ly/inscripcioncj)

## DBT A SACO Centro Juvenil Carabanchel Alto.

Entrada libre previa inscripción

Acércate al **Centro Juvenil Carabanchel Alto** y participa en **Debate a Saco** todos los **viernes** de **marzo** de **19:30 h a 20:30 h**. Sacan un tema al azar y tú decides qué opinas. ¡Acércate a defender tu postura y disfruta de un debate lleno de ideas y diversión! Disponibles **30 plazas**. Actividad para edades comprendidas de **los 14 y los 30 años**. Más información en [cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com](mailto:cjcarabanchelalto@centrosjuvenilesmadrid.com) o por whatsapp en el 636045586. Consulta toda la programación e insíbete en [www.bit.ly/inscripcioncj](http://www.bit.ly/inscripcioncj).

## 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.

## CURSOS Y TALLERES EN SALA LA IMPRENTA

ABRANTES

Talleres regulares de **danza y pilates** en **Sala La Imprenta** (C/ Rodríguez Vega, 15), impartidos por **Sandra Prado**. Clases de **danza urbana (Urban Jazz)** para infantil y juvenil, combinando **Funky, Hip Hop y Jazz**. **Pilates**, ideal para fortalecer la musculatura, mejorar la postura y reducir la ansiedad. También talleres de **Danza del Vientre, Fusión Tribal y Flamenco Árabe**, que mejoran la flexibilidad, coordinación y equilibrio. Diferentes precios y horarios (mañana y tarde) según taller. Más info e inscripciones en [danza\\_sandra@outlook.es](mailto:danza_sandra@outlook.es) / @danzad\_malditas / 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](mailto: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](mailto:aurora.arteaga@gmail.com). Más info: [aurorarteaga.com](http://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

### DEEP KOMBAT. V EDICIÓN

**Factoría Jarana.** A las 20h. Entradas 12€ en [factoriajarana.com](http://factoriajarana.com)

Vuelve **DEEP KOMBAT**, el torneo de **directorxs escénicxs** donde solo puede quedar unx. Ocho directorxs, un mismo número de intérpretes, mismo texto y 15 minutos para convencer al público. Una batalla teatral única donde cada decisión cuenta. ¡Cada **viernes de marzo** una batalla!

### ARKOSE CARABANCHEL

VISTALEGRE

**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 m<sup>2</sup> 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](http://arkose.es).

### 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 entidades 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](mailto:mesadelarboldecarabanchel@gmail.com).

## MERCADO DE SAN ISIDRO

SAN ISIDRO

El **Mercado Municipal de San Isidro** es el corazón comercial de **Carabanchel**, un lugar donde encontrar **productos frescos de primera calidad** y un trato cercano de sus comerciantes. Inaugurado en 1952, este mercado **castizo** cuenta con **2.200 m<sup>2</sup>** y **46 puestos** dedicados a **carnes, chacinas, pescados, frutas, verduras** y otros servicios como **zapatero, mercería y vaquiador**. Situado en la arteria comercial del distrito, sigue siendo un punto de referencia para vecinos y visitantes. Más información en [www.mercadodesanisidro.es](http://www.mercadodesanisidro.es).

## 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](mailto:info@madramps.eu) o contáctanos al 643 593 894.

**Y ADEMÁS,  
AQUÍ AL LADO...**

## MEDITACIÓN Y AUTOCONOCIMIENTO

ALUCHE

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.**

### ¡APRENDE BALBOA EN UN DÍA!

**Big Mama Ballroom.** A las 16h. Precio: 45€ en [bigmamaballroom.com](http://bigmamaballroom.com)

PALOS DE LA FRONTERA

Taller intensivo de **Balboa**, un baile en pareja con movimientos suaves, elegantes y precisos, perfecto para espacios reducidos. En **tres horas**, aprenderás los fundamentos de este estilo para que puedas integrarlo en tu repertorio. Ideal para quienes quieren iniciarse en **Balboa** en una sola jornada. El **Sábado, 22 de marzo**.

### BIG MARTES

**CON LA BANDA DEL ÁNGEL CAÍDO**

**Big Mama Ballroom.** A las 22:10h  
Precio: 11€ en [bigmamaballroom.com](http://bigmamaballroom.com)

PALOS DE LA FRONTERA

Disfruta de una noche de **swing en vivo** con **La Banda del Ángel Caído**, referente en la comunidad swing por sus **clandestinos, eventos y festivales**. Cada martes de marzo, la música y el baile se unen en un ambiente vibrante e inolvidable. **Todos los martes del 11 al 25 de marzo.**



tarambanateatro  
presenta

# paella

**¡CÓMETE  
UNA PAELLA  
EN TARAMBANA!**

**ENTRADAS**



**Del 15 de enero al 30 de marzo 2025**

**SALA TARAMBANA**

**METRO CARABANCHEL**

