



Memòria justificativa

Expedient núm.: 1349/2025

Procediment: Expedient per a la contractació dels serveis per a la realització de diferents cursos que s'impartiran al Centre Cívic Priorat de Banyeres

MEMÒRIA JUSTIFICATIVA

DE LA NECESSITAT DE PRESTAR EL SERVEI DE REALITZACIÓ DE DIFERENTS CURSOS QUE S'IMPARTIRAN AL CENTRE CÍVIC JOAN CATALÀ DEL PRIORAT DE BANYERES I JUSTIFICACIÓ DE LA INSUFICIÈNCIA DE MITJANS PROPIS

L'Ajuntament de Banyeres del Penedès aposta per una programació variada al llarg de l'any i, per aquest motiu, vol organitzar un seguit de cursos i tallers al Centre Cívic Joan Català del Priorat de Banyeres (Banyeres del Penedès) amb la finalitat de dinamitzar l'equipament, oferir un espai de trobada per als veïns i veïnes, impulsar la salut física i fomentar espais creatius.

Aquests cursos i tallers tenen una durada de curs escolar d'octubre a juny, en aquest cas està previst que comencin a principis de desembre de 2025 i que finalitzin a finals de juny de 2026. Tots els cursos estan destinats al públic adult, i cal remarcar que la majoria dels/les alumnes són adults i pensionistes.

Els cursos que es volen oferir són els següents:

- a. **Gimnàstica/manteniment:** aquest curs consistirà en treballar la psicomotricitat fent exercicis físics de manteniment, reacció, habilitat, estiraments, respiració i relaxació, gaudint de la música i convidant als usuaris a moure's, ballar i a activar-se físicament. El curs s'impartirà els dilluns i dimecres de 10 a 11 hores.
- b. **Pilates:** aquest curs consistirà en la realització d'exercicis que es basen en moviments controlats, conscients i coordinats amb la respiració, amb la finalitat de crear un cos harmoniós, coordinat, musculat i flexible. Mitjançant la seva pràctica, la ment va prenent consciència de les capacitats, limitacions, fortaleses i debilitats del cos per tal de millorar l'estat físic i mental. El curs s'impartirà els dilluns de 17 a 18 hores i el dimecres de 18.30 a 19.30 hores.
- c. **Zumba:** aquest curs consistirà en assolir un cos saludable i el desenvolupament, enfortiment i donar flexibilitat al cos mitjançant moviments de ball combinats amb una sèrie de rutines aeròbiques. El curs s'impartirà els dilluns de 18.30 a 19.30h, dilluns de 19.30 a 20.30 hores i dimecres de 20.30 a 21.30 hores.
- d. **Ioga:** aquest curs consistirà en la pràctica de postures físiques, exercicis de respiració i meditació per millorar la salut general, pràctica que connecta el cos, la respiració i la ment. El curs s'impartirà els dimarts de 9.30 a 10.30 hores i divendres de 19 a 20 hores.
- e. **Tonificació:** aquest curs consistirà en un treball d'enfortiment muscular, es treballarà el cos de manera funcional per aconseguir enfortir la musculatura, estilitzar la figura i millorar la postura corporal. El curs s'impartirà els dimarts de 18.15 a 19.15 hores i dijous de 19.15 a 20.15 hores.
- f. **BodyCombat:** aquest curs consistirà en un programa d'exercicis cardiovasculars amb moviments basats en diverses arts marcial seguit el ritme d'una base musical. El curs s'impartirà els dimecres de 19.30 a 20.30 hores.





Ajuntament de Banyeres del Penedès
(Tarragona)

- g. **Ball en línia:** aquest curs consistirà, tal i com el seu nom indica, en ballar sol i no en parella, en diferents files en una mateixa direcció i de manera sincronitzada, amb estils tant diversos com música celta, swing, pop, rock, hip hop, funky, música llatina i altres com mambo, tango, cumbia, salsa, bachata, etc., treballant els reflexos, la coordinació, l'equilibri i la memòria. El curs s'impartirà els dijous de 16.45 a 17.45 hores.

Es deixa oberta la possibilitat de poder impartir algun d'aquests cursos en algun altre centre cívic del municipi, si hi hagués un nombre suficient d'alumnat interessat.

L'Ajuntament de Banyeres del Penedès no disposa de personal propi específic i adequat per prestar els diferents cursos, ja que cada curs necessita d'un professor/a especialitzat i entès en cada àmbit relacionat anteriorment i amb una formació concreta.

L'organització dels cursos de gimnàstica/manteniment, pilates, zumba, ioga, tonificació, bodycombat i ball en línia són d'interès general, utilitat pública, fomenten la cohesió social, ofereixen un espai de trobada, de coneixement i d'activació de la salut física i mental, per aquest motiu s'estima oportú continuant oferint aquests cursos.

Amadeu Benach i Miquel
Alcalde

DOCUMENT SIGNAT ELECTRÒNICAMENT

Codi Validació: 432DTS3142J0267HHAQ6LSXTE
Verificació: <https://banyeresdelpenedes.eadministracio.cat/>
Document signat electrònicament des de la plataforma esPublico Gestiona | Pàgina 2 de 2

