



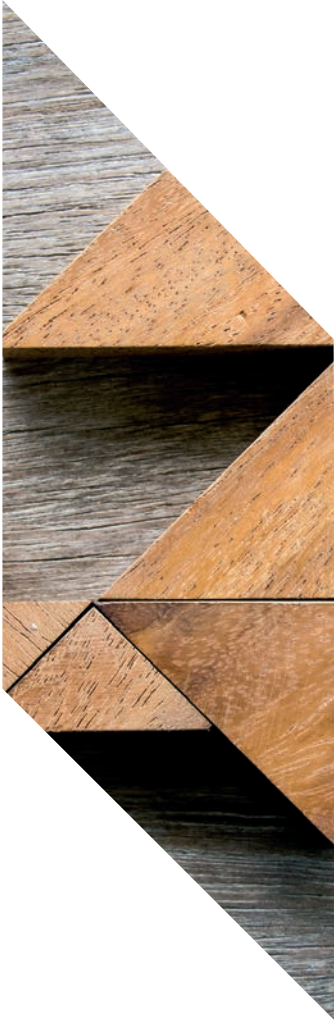
**LICEUM**



GIMNASIOS DE LA MENTE







## *Liceum, Gimnasios de la Mente*

es un lugar donde desarrollar las capacidades cognitivas y las inteligencias múltiples a través de actividades diseñadas por un equipo especializado en Pedagogía, Psicología y Neuropsicología.

Queremos que los jóvenes desplieguen todas sus aptitudes intelectuales, que los mayores mantengan su cerebro en forma y que los adultos saquen el máximo rendimiento a su intelecto. Por eso nuestra programación abarca actividades para todas las edades, pensadas en función de las características y necesidades de las diferentes generaciones.

Tu cerebro lo hace todo por ti. ¡Entrénalo con nosotros!



**CONSULTA NUESTRAS ACTIVIDADES Y HORARIO**

### **Liceum es...**

Un espacio único en Madrid.

Un centro dirigido por especialistas que te podrán asesorar y acompañar de manera profesional y personalizada.

Un lugar en el que entrenar tu mente de manera estimulante.

Un foro para la divulgación de la gimnasia mental y sus beneficios.

Un centro intergeneracional en el que toda la familia es bienvenida, desde los más mayores hasta los más jóvenes.

Un espacio que promueve la salud y el bienestar.

## *¿Por qué es Liceum un espacio único en Madrid?*

### LA PLAZA

Es un lugar especialmente diseñado para estimular el entrenamiento mental, la práctica de juegos de inteligencia, la lectura, el estudio, la reunión en torno a charlas, conferencias y eventos culturales o la simple espera en un ambiente inmejorable.

En La Plaza hay sitio para todos y espacios para cada momento: una zona de estar con sofás y sillones, una zona informal con mesas de cafetería y una zona infantil con pufs y juegos infantiles.

**Contamos con servicio de cafetería y una biblioteca** de libros de Educación y Psicología a disposición de nuestros socios.

**La entrada a La Plaza está reservada sólo para socios de Liceum** y para familiares o amigos. Porque queremos que te sientas como en casa y que siempre encuentres tu espacio.

### **ORIENTACIÓN A NUESTROS USUARIOS**

En Liceum ofrecemos un servicio de orientación y asesoramiento cualificado a todos nuestros usuarios y sus familias: dudas acerca de las actividades más indicadas en cada caso, circunstancias especiales, evaluaciones, diagnósticos, etc.

# TU CENTRO

### LA PROGRAMACIÓN DE FIN DE SEMANA

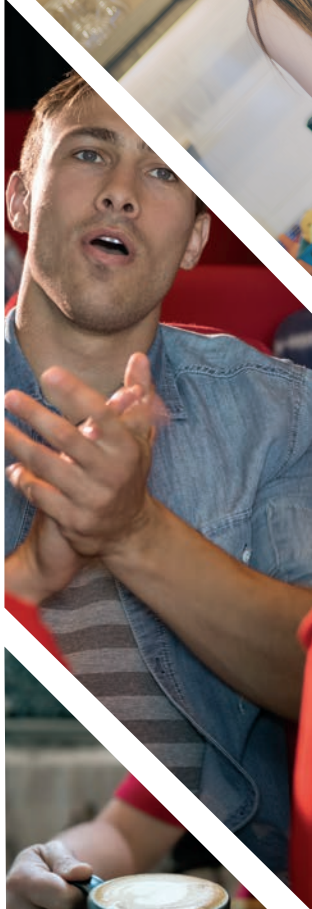
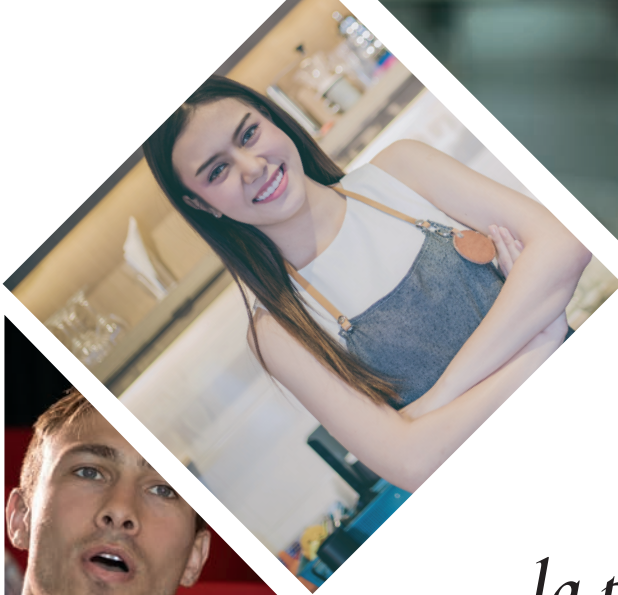
Liceum es un centro innovador que pretende promover la educación, la salud y el bienestar en nuestro barrio.

Por eso no sólo ofrecemos actividades y clases dirigidas durante la semana, sino que abrimos los sábados y domingos para acoger charlas, conferencias, eventos culturales, talleres infantiles y actividades de interés general. De este modo, pasarán por Liceum docentes, orientadores, neuropsicólogos, escritores, matemáticos y personas que tienen cosas muy interesantes que contarnos.

Además, un fin de semana al mes organizamos las jornadas temáticas sobre cada una de las Inteligencias Múltiples. Conoceremos los entresijos de la teoría que ha revolucionado el conocimiento del cerebro y propondremos actividades para que jóvenes, adultos y mayores aprendan y disfruten.

### **PIDE TU CITA**

Sean cuales sean tus preguntas o inquietudes, tienes a tu disposición un equipo profesional especializado en Pedagogía, Psicopedagogía, Psicología y Neuropsicología. Estaremos encantados de recibirte.



*la plaza*





## ACTIVIDADES PARA NIÑAS Y NIÑOS

### Ajedrez:

El ajedrez es una actividad lúdica e intelectual completísima. Un juego, un arte y una ciencia que ocupa el primer lugar entre las recomendaciones de pedagogos, psicólogos, neurólogos y profesionales de la educación y la salud. Sus beneficios, contrastados por investigaciones científicas en todo el mundo, se deben a que es un ejercicio cognitivo muy complejo, que necesita de la activación y del trabajo conjunto de múltiples zonas del cerebro. El ajedrez desarrolla tu pensamiento científico y creativo, te enseña a analizar, evaluar y tomar decisiones en un margen de tiempo determinado, aumenta tu capacidad de concentración, fortalece tu memoria y fomenta valores de respeto.

**En Liceum hay ajedrez para todos:** clases para niños y adultos, para principiantes, iniciados, avanzados y hasta para jugadores de torneos.

---

#### Inteligencias implicadas:

I. Lógico/matemática • I. Espacial • I. Intrapersonal

#### Funciones y procesos cognitivos:

Atención / Concentración • Comprensión • Razonamiento • Análisis • Creatividad • Resolución de problemas

**SESIONES:** 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA

**EDAD RECOMENDADA:** 4-14 a.

{ EXISTE UN GRUPO PARA ABUELOS Y NIETOS JUNTOS }



### Taller de Inteligencias Múltiples:

El mundo de la educación ha cambiado desde que Howard Gardner propuso la teoría de las Inteligencias Múltiples. Maestros, psicólogos y neurólogos de todo el mundo han validado en la práctica su hipótesis de que la inteligencia humana no es sólo la suma de las habilidades lingüísticas y matemáticas. A ellas hay que añadirle una serie de inteligencias que son especialmente importantes para el desarrollo feliz y el buen desempeño futuro de los jóvenes: la inteligencia espacial, la cinestésica-corporal, la intrapersonal, la interpersonal.

El taller de Inteligencias Múltiples de Liceum está diseñado por nuestro equipo de pedagogos para potenciar cada una de ellas y para detectar el talento específico que todas las personas atesoran. Porque -como dice el educador Ken Robinson- *«descubrir tu pasión te cambia la vida»*.

---

#### Inteligencias implicadas:

I. Lingüística • I. Lógico/matemática • I. Espacial • I. Cinestésico/corporal • I. Intrapersonal • I. Interpersonal • I. Musical

#### Funciones y procesos cognitivos:

Atención /Concentración • Percepción • Memoria • Comprensión • Lenguaje • Praxias • Razonamiento • Análisis • Creatividad • Resolución de problemas

**SESIONES:** 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA

**EDAD RECOMENDADA:** 6-12 a.

*El desarrollo del cerebro joven es determinante en la vida. Nuestro equipo de pedagogos y psicólogos ha elaborado una programación orientada al fomento de las inteligencias múltiples y a la mejora de las capacidades y procesos cognitivos.*



### **Matemáticas recreativas:**

¿Existe una fórmula para salir de todos los laberintos? ¿Por qué una mesa de tres patas no puede cojear? ¿Se puede trazar un ángulo recto perfecto con una simple cuerda?

La Matemática nos rodea y nos proporciona sorpresas increíbles. En Liceum aprenderemos mucho mientras experimentamos con trucos de cartas, papiroflexia, acertijos, dados y objetos cotidianos de todo tipo. Será un acercamiento lúdico y práctico que nos hará ver las matemáticas como un juego continuo, como algo mágico...

¡Si no fuera porque desvelaremos sus trucos!

Matemáticas recreativas es una actividad para alumnos de Primaria y Secundaria enfocada al aprendizaje, refuerzo y disfrute del conocimiento matemático de la mano de una práctica pedagógica apasionante.

---

#### **Inteligencias implicadas:**

I. Lógico/matemática • I. Espacial

#### **Funciones y procesos cognitivos:**

Atención /Concentración • Comprensión • Razonamiento • Análisis • Creatividad • Resolución de problemas

**SESIONES:** 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA

**EDAD RECOMENDADA:** 6-14 a.

### **Escritura creativa:**

El lenguaje es la base del pensamiento humano ¿Has probado alguna vez a pensar sin utilizar palabras? Es imposible. Por eso en un taller de escritura creativa no sólo disfrutamos con el ejercicio de la creación literaria, sino que nos equipamos con herramientas para ordenar palabras, ideas y discursos.

Partiendo de las estrategias que Gianni Rodari expuso en *Gramática de la Fantasía*, jugaremos con el arte de crear, modelar y contar historias. Aprenderemos técnicas para recrearnos con el lenguaje y la imaginación. Y de paso ampliaremos nuestra capacidad de pensar, sentir y expresarnos.

---

#### **Inteligencias implicadas:**

I. Lingüística • I. Intrapersonal

#### **Funciones y procesos cognitivos:**

Comprensión • Lenguaje • Razonamiento • Análisis • Creatividad

**SESIONES:** 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA

**EDAD RECOMENDADA:** 6-14 a.



« Descubrir tu pasión  
te cambia la vida»

Ken Robinson

### **Teatro:**

Toda la comunidad educativa coincide en la enorme valía de practicar teatro desde edades tempranas. Se trata de una actividad colectiva, plural y enriquecedora que permite trabajar aspectos intelectuales, emocionales y corporales.

Con la práctica teatral podemos potenciar multitud de destrezas y habilidades: la expresión verbal y corporal en público, la capacidad de oratoria, retórica y reflexión, la identificación y control de sentimientos y emociones, la superación de miedos, pudores y vergüenzas, la improvisación, el trabajo cooperativo, la interacción social, la creatividad y la imaginación.

En Liceum sabemos de los beneficios del teatro y por eso ofrecemos clases para todos, desde los más pequeños hasta aquellos que quieran adentrarse en las artes escénicas.

---

#### **Inteligencias implicadas:**

I. Lingüística • I. Espacial • I. Intrapersonal • I. Interpersonal  
• I. Cinestésico/corporal

#### **Funciones y procesos cognitivos:**

Atención / Concentración • Percepción • Memoria • Lenguaje • Praxias •  
Creatividad • Resolución de problemas

**SESIONES:** 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA O 2 HORAS LOS VIERNES

**EDAD RECOMENDADA:** 6-14 a.

### **Juegos inteligentes:**

Existen infinidad de juegos y pasatiempos con mucha ciencia detrás, retos cuya consecución requirieren gran dominio del cálculo, de la estrategia, de la memoria, de la estadística... En Juegos Inteligentes estimularemos el cerebro de una forma lúdica y emocionante. La actividad está diseñada para todas las edades y para el entrenamiento de todos los procesos cognitivos.

Disfrutaremos con juegos milenarios como el **backgammon** o el **go** y de otros mucho más modernos como **Córtex** o **Mastermind**, pero también aprenderemos a resolver el **cubo de Rubik**, a desarrollar nuestra agilidad mental con ejercicios instructivos y a entrenar nuestras capacidades con una plataforma puntera de estimulación cognitiva.

---

#### **Inteligencias implicadas:**

I. Lingüística • I. Lógico/matemática • I. Espacial

#### **Funciones y procesos cognitivos:**

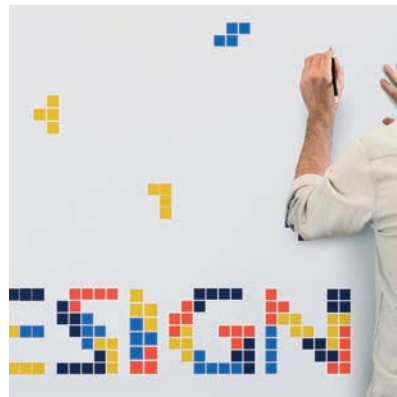
Atención /Concentración • Percepción • Comprensión • Lenguaje •  
Razonamiento • Análisis • Creatividad • Resolución de problemas

**SESIONES:** 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA

**EDAD RECOMENDADA:** 6-14 a.

{ EXISTE UN GRUPO PARA ABUELOS Y NIETOS JUNTOS }





### TEDIS-Talleres enlazados de Diseño:

Nos introducimos en la compleja disciplina del Diseño a un nivel inicial, trabajando el grafismo de superficie, el volumen, el formato, la letra, la ilustración, etc. de forma analógica, experimentando como en un laboratorio. Todo esto mediante talleres enlazados que tienen continuidad de una sesión a otra.

Los participantes de los TEDIS tendrán la posibilidad de experimentar con la forma y crear objetos e imágenes; de iniciar y desarrollar proyectos individuales y/o colectivos.

El objetivo fundamental es pensar, entrenar el pensamiento creativo y crítico buscando soluciones a problemas de Diseño, partiendo de los ejercicios de los talleres.

Pondremos el acento en las reuniones de grupo y puesta en común, la participación y generación de ideas imaginativas y en el pensamiento crítico constructivo para aprender juntos. El Diseño es sólo un vehículo que nos abrirá a posibilidades infinitas.

#### Inteligencias implicadas:

I. Lingüística • I. Lógico/matemática • I. Espacial • I. Interpersonal

#### Funciones y procesos cognitivos:

Atención /Concentración • Comprensión • Razonamiento • Análisis • Pensamiento creativo y crítico • Resolución de problemas •

SESIONES: 2 HORAS 1 DÍA A LA SEMANA  
EDAD RECOMENDADA: 10-13 a.

### Técnicas de estudio:

Las técnicas de estudio son un conjunto de recursos y procedimientos cuyo dominio permiten al estudiante invertir su tiempo de manera provechosa y lograr un aprendizaje sólido y consciente. Nuestra capacidad de estudio no depende sólo del esfuerzo y de la voluntad, sino del método.

En Liceum ofrecemos a los estudiantes de Primaria y Secundaria una serie de herramientas, fórmulas y rutinas para mejorar la calidad y la eficacia del estudio: protocolos organizativos, gestión óptima del tiempo, creación de esquemas, resúmenes y mapas conceptuales, técnicas memorísticas, etc.

#### Inteligencias implicadas:

I. Lingüística • I. Lógico/matemática • I. Intrapersonal

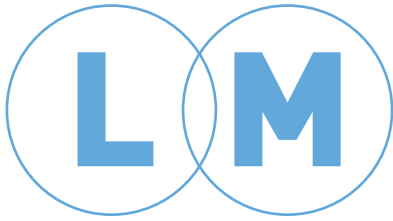
#### Funciones y procesos cognitivos:

Atención /Concentración • Memoria • Comprensión • Lenguaje • Razonamiento • Análisis

SESIONES: 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA

EDAD RECOMENDADA: 10-16 a.

- La edad recomendada es orientativa. Los diferentes grupos de cada actividad se conformarán en función de la edad y las características de los alumnos.
- Consulta nuestro horario de actividades.



## ACTIVIDADES PARA ADULTOS Y JÓVENES

### Ajedrez:

Las clases de ajedrez para adultos están encaminadas a mejorar el nivel de juego de los alumnos en un entorno único en Madrid. Los responsables de la actividad son profesores titulados por la Federación española de ajedrez (FEDA), que cuentan para las clases con aulas equipadas con pizarras digitales, los últimos programas informáticos, biblioteca de libros de ajedrez... Además, los alumnos podrán beneficiarse de la programación especial del Club de Ajedrez Liceum: torneos semanales, partidas simultáneas con grandes maestros, retransmisión en directo de los mejores torneos del mundo y todo lo necesario para disfrutar de la pasión por el ajedrez.

---

SESIONES: 1 HORA Y MEDIA / 1 DÍAS A LA SEMANA

### Yoga:

El yoga consiste en un conjunto de técnicas de origen oriental encaminadas al desarrollo de la concentración y la relajación. Es una actividad colectiva de meditación guiada en la que sus practicantes trabajan el control del cuerpo y de la mente, logrando resultados beneficiosos en cuanto a reducción del estrés, mejora de la respiración, aumento de la flexibilidad y bienestar general.

---

SESIONES: 1 HORA / 1 DÍA A LA SEMANA



### Meditación / relajación:

Las técnicas de relajación y meditación tienen como objetivo la mejora de la salud y del bienestar a través del estado de calma y la concentración plena de la atención. Las técnicas modernas reúnen ejercicios, movimientos y conocimientos de multitud de disciplinas, desde el yoga hasta el mindfulness. Por todo ello es una actividad muy apropiada para hacer frente a la ansiedad, los nervios y el estrés.

---

SESIONES: 1 HORA / 1 DÍA A LA SEMANA

### Teatro y Arte Dramático:

El teatro es una actividad enriquecedora y placentera que amplía las posibilidades del propio cuerpo y de la mente. A través de la dramatización exploramos otras realidades, pero también nos exploramos a nosotros mismos.

Con la práctica teatral potenciamos multitud de destrezas y habilidades: la expresión verbal y corporal en público, la capacidad de oratoria, retórica y reflexión, la identificación y control de sentimientos y emociones, la superación de miedos, pudores y vergüenzas, la improvisación, el trabajo cooperativo, la interacción social, la creatividad y la imaginación.

---

SESIONES: 1 HORA / 1 DÍA A LA SEMANA

tallas  
L/M

*El cerebro adulto procesa unos 60.000 pensamientos al día. Necesita capacidad de concentración y relajación; demanda cultura y ocio estimulante. En Liceum ofrecemos una serie de actividades destinadas a ellos, así como otras para fomentar la creatividad de los adolescentes.*

### **Cómic y Novela Gráfica:**

El cómic y su hermana mayor, la novela gráfica, conforman una disciplina artística que integra literatura e ilustración. Esa doble faceta lo convierte en una actividad que requiere grandes dosis de creatividad, análisis, razonamiento, habilidades artísticas y manuales. En Liceum trabajaremos sobre la estructura y el desarrollo de guiones, estudiaremos diversas técnicas de dibujo y pondremos los conocimientos en práctica. A final de curso editaremos los proyectos de todos los creadores.

---

SESIONES: 2 HORAS / 1 DÍAS A LA SEMANA

### **Cine:**

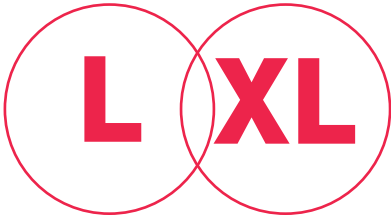
Detrás de una película hay decenas (a veces cientos) de trabajadores cuya labor es igual de importante que la del elenco de actores y actrices. En el taller de cine de Liceum conoceremos el trabajo de todos los departamentos (producción, guion, realización, postproducción, montaje), estudiaremos las técnicas cinematográficas y pondremos en práctica los conceptos aprendidos. Lo haremos en colaboración con otras aulas del centro, como la de teatro, que nos surtirá de protagonistas, o la de cómic y novela gráfica, que realizará los storyboards. Seremos, en definitiva, como una pequeña productora de cine.

---

SESIONES: 2 HORAS / 1 DÍA A LA SEMANA

11





## ACTIVIDADES PARA MAYORES Y ADULTOS

### **Academia de memoria:**

Es un espacio creado para entrenar el cerebro estimulando y fortaleciendo las diferentes áreas cognitivas. Las actividades se desarrollan en grupos reducidos con el fin de atender las necesidades individuales, siempre con un modelo de intervención centrado en la persona. En la Academia de Memoria ejercitaremos la atención, la memoria, el lenguaje, las funciones ejecutivas (planificación, organización, razonamiento abstracto, flexibilidad mental, toma de decisiones), el cálculo y las praxias (habilidades motoras adquiridas).

La estimulación cognitiva se realiza a través de dinámicas verbales, fichas con soporte en papel y a través de nuevas tecnologías (tablets) para trabajar de manera integral todas las capacidades de nuestro cerebro.

Investigaciones científicas de primer nivel han demostrado que la estimulación de estas funciones ayuda a prevenir la aparición del deterioro cognitivo, a mantener un envejecimiento activo y saludable y a conservar nuestro cerebro funcionando eficazmente durante más tiempo.

---

SESIONES: 2 HORAS / 1 DÍA A LA SEMANA

*El cerebro de los mayores necesita entrenamiento para seguir en forma, fortalecer la memoria y disfrutar de calidad de vida. La ciencia ha demostrado que puedes prevenir la aparición de enfermedades neurológicas con gimnasia mental y actividades como el ajedrez. En Liceum te proponemos talleres específicos con resultados contrastados, además de actividades de ejercicio físico que se complementan perfectamente con tu entrenamiento cerebral.*

### **Bienestar para adultos:**

Bienestar para adultos es un ciclo de talleres durante todo el año en el que cada persona puede resolver sus inquietudes, encontrar respuestas a sus necesidades y adquirir nuevos conocimientos y aprendizajes. La programación de todos los talleres está orientada a proporcionar herramientas con las que disfrutar de una óptima calidad de vida.

Con esa motivación nuestro equipo de Neuropsicología ha diseñado unos contenidos que pretenden abarcar multitud de aspectos de la vida adulta: entrenamiento cerebral, conocimiento de nuevas tecnologías, nutrición inteligente, envejecimiento activo, gestión del tiempo tras la jubilación, inteligencia emocional, reducción de riesgos en el hogar, calidad del sueño, relajación, etc.

La programación de **Bienestar para adultos** está pensada como un conjunto de talleres consecutivos, pero cada usuario puede formalizar su inscripción sólo para algunos de ellos. La actividad se llevará a cabo en grupos de trabajo reducidos con el fin de resultar dinámica y participativa, de crear un foro en el que poder compartir y aprender los unos de los otros.

---

ENCUENTROS DE UNA HORA Y MEDIA UN DÍA A LA SEMANA



### **Ajedrez:**

El ajedrez es una actividad perfecta para entrenar el cerebro mientras pasas un buen rato. Los beneficios de su práctica han sido contrastados en los últimos años por investigaciones científicas en todo el mundo. De hecho, está considerado como una de las mejores actividades para prevenir la aparición del alzhéimer y frenar el deterioro cognitivo, por lo que es cada vez más recomendado a personas mayores por neurólogos y psiquiatras. Al contrario que otros pasatiempos, como los crucigramas o el sudoku, el ajedrez es un ejercicio intelectual muy complejo, que necesita de la activación y del trabajo conjunto de múltiples zonas del cerebro. A eso hay que sumarle que es una actividad eminentemente social, que se aprende y se disfruta más cuando se comparte con los rivales, que en verdad son compañeros.

En Liceum podrás mejorar tu juego, pero también iniciarte en él. Nunca es tarde para adentrarse en el mundo de las 64 casillas.

---

**SESIONES: 2 HORAS / 1 DÍA A LA SEMANA**



### **Gimnasia de mantenimiento:**

La gimnasia de mantenimiento es el complemento perfecto de la gimnasia cerebral. Es una actividad especialmente indicada para personas en edad adulta que quieren conservar su forma física, fortalecer la musculatura, tratar dolencias articulares y mantener un nivel óptimo de flexibilidad, agilidad y fuerza. Mediante ejercicios ligeros y tablas de entrenamiento dinámicas conseguimos mantener el cuerpo en perfecta condición.

**En Liceum la gimnasia de mantenimiento es personalizada.**

Cada persona es un mundo y cada cuerpo necesita un cuidado específico, así que nuestro entrenador atenderá individualmente a cada usuario: analizando sus características físicas, estudiando los diagnósticos médicos (si los hay), recomendando los mejores ejercicios en cada caso.

Las clases se realizan en grupo en un aula equipada con todo el material necesario.

---

**SESIONES: 1 HORA / 2 DÍAS A LA SEMANA**



## **Pilates:**

El Pilates consiste en la realización de un conjunto de ejercicios que ayudan a mejorar la condición física y la concentración. Es una actividad que trabaja simultáneamente el cuerpo y la mente, que tonifica y fortalece la musculatura al mismo tiempo que desarrolla el control de la atención, la respiración y la relajación.

El Pilates desarrolla todos sus movimientos y ejercicios tomando como centro muscular del cuerpo el abdomen. Por tanto, contribuye a reforzar la zona lumbar y, por extensión, toda la columna vertebral. Es una disciplina idónea para prevenir y rehabilitar lesiones del sistema músculo-esquelético.

---

**SESIONES: 1 HORA / 1 DÍA A LA SEMANA**

## **Club de lectura:**

Es un espacio colectivo para compartir la pasión por la literatura, para aprender con las múltiples interpretaciones de una lectura, para indagar conjuntamente en los contextos que envuelven a los autores y a sus obras. Cada Club de Lectura es diferente porque lo construyen sus miembros. Las opiniones, los comentarios y las aportaciones de los participantes llevan al grupo cada semana por caminos diferentes.

El coordinador del Club es el encargado de proponer un libro que normalmente se leerá durante varias semanas. Las sesiones semanales son el momento de encuentro para comentar todo aquello relacionado con la obra, dando espacio al debate y a las contribuciones de cada miembro del Club. La actividad se llevará a cabo en grupos de trabajo reducidos con el fin de resultar dinámica y participativa, de crear un foro en el que poder compartir y aprender los unos de los otros.

---

**ENCUENTROS DE UNA HORA Y MEDIA UN DÍA A LA SEMANA**

## **Club de Gimnasia Mental:**

En Liceum te ofrecemos la posibilidad de entrenar tu cerebro con los últimos medios, en un ambiente estimulante y recibiendo atención personalizada de nuestro gabinete de Neuropsicología. ¿Y lo mejor de todo? Que podrás hacerlo a tu ritmo, cuando quieras y durante el tiempo que desees.

### **¿CÓMO FUNCIONA EL CLUB DE GIMNASIA MENTAL?**

El usuario llega a Liceum y recibe una tablet con la que trabajar en nuestra Plaza: un lugar idóneo para concentrarse y disfrutar, si se quiere, del servicio de cafetería.

Las tablets están equipadas con la mejor plataforma digital de entrenamiento cognitivo. En otras palabras: un programa de uso sencillo para ejercitar tu cerebro como nunca antes lo has visto. Contiene miles de retos, tests y ejercicios para trabajar de forma dinámica todas las áreas y funciones cognitivas.

Cada socio del Club de Gimnasia Mental tendrá un usuario y contraseña para acceder a su plataforma de entrenamiento, que es única y personal.

Nuestro equipo de Neuropsicología se encarga de ir adaptando los ejercicios en función de los resultados de cada persona. Así conseguimos un entrenamiento integral y personalizado. Siempre tendrás un responsable en La Plaza para asesorarte en lo que necesites.

---

### **¿CUÁNDO PUEDO ENTRENAR?**

¡Siempre que quieras y durante el tiempo que quieras! Abrimos mañanas y tardes de lunes a domingo.

### **¿CUÁNTO CUESTA?**

Sólo 18€/mes.

Nunca cuidar tu cerebro ha costado tan poco.



# LICEUM PARA TODOS



talla  
U

*En Liceum queremos que toda la familia pueda disfrutar de ejercitar su cerebro en un ambiente inmejorable.*

*Por eso, además de las actividades regulares de la semana, hemos creado dos espacios inter-generacionales donde mayores, adultos y jóvenes pueden acudir mañanas y tardes de lunes a domingo.*

## **El Club de Ajedrez:**

El Club de Ajedrez Liceum es un foro único en Madrid para los apasionados de este juego milenario, un lugar para compartir partidas entre socios, estudiar libros de nuestra biblioteca especializada, jugar simultáneas contra grandes maestros, asistir a retransmisiones comentadas de los mejores torneos del mundo, disfrutar de ciclos de cine ajedrecístico, jugar nuestro torneo semanal de rápidas y prepararse, si así lo desean, para disputar campeonatos oficiales.

Y todo ello en un ambiente especial. Porque en Liceum, como en el mítico Café de la Régence de París, puedes jugar un Gambito de Dama mientras degustas una rica infusión o sacrificar piezas para abrir el enroque adversario entre sorbo y sorbo de café.

## **Club de Juegos de inteligencia:**

El Club de Juegos de Inteligencia es un espacio de encuentro para todos los amantes de los juegos de mesa y los pasatiempos inteligentes.

En Liceum contamos con una variada selección: desde juegos milenarios como el go o el backgammon hasta los más modernos como Córtext, Mastermind o Ubongo, pasando por las populares damas chinas o el conocido Scrabble.

Los socios del Club de Juegos de inteligencia pueden acudir a nuestra Plaza mañanas y tardes de lunes a domingo. Además, disponemos de salas libres durante el fin de semana para aquellos juegos de estrategia que necesiten un espacio especialmente acondicionado.

## *Liceum, Gimnasios de la Mente*

Un lugar donde desarrollar las capacidades cognitivas y las inteligencias múltiples a través de actividades diseñadas por un equipo especializado en Pedagogía, Psicología y Neuropsicología.

Nuestra programación abarca actividades para todas las edades, pensadas en función de las características y necesidades de las diferentes generaciones.

Tu cerebro lo hace todo por ti.  
¡Entrénalo con nosotros!



# LICEUM



GIMNASIOS DE LA MENTE



[www.LiceumGM.com](http://www.LiceumGM.com) / T. 913 888 374

Doctor Esquerdo, 140, Portal 3 • Madrid 28007