



El aquagym es recomendable, ya que sus beneficios son múltiples. AYTO.

Deportes fomenta el aquagym para mayores de 65 años en Ermua

Las clases, que se impartirán en el polideportivo, son aptas para quien no sepa nadar, ya que la piscina cubre hasta 1,10 metros

AINHOA LASUEN

ERMUA. El área municipal de Deportes ha programado un nuevo curso de aquagym dirigido a personas mayores de 65 años. Esta actividad se llevará a cabo en la piscina pequeña del polideportivo municipal, que tiene una profundidad de 110 centímetros, lo que permite que puedan participar personas que no saben nadar.

El curso se impartirá los viernes a las 9.30 horas. Para más información o para inscribirse, las personas interesadas pue-

den acudir al punto de control y acceso del polideportivo.

El aquagym es una disciplina de fitness acuático que traslada al medio acuático los ejercicios físicos que se realizan en tierra. Se centra en la tonificación muscular y en el uso de materiales como pesas o pelotas. Esta práctica deportiva es muy completa, apta para todas las edades y especialmente recomendable para las personas mayores, ya que sus beneficios son múltiples.

Además, permite trabajar todos los músculos, lo que mejora la condición física y la capacidad cardiorrespiratoria, y ayuda a fortalecer la masa muscular. Esta práctica contribuye a la relajación y el equilibrio muscular, y facilita la posición vertical, lo que resulta de gran ayuda para quienes necesitan apoyos externos.

Cultura ofrece un nuevo curso de encuadernación en Lobiano Kulturgunea

A. LASUEN

ERMUA. El Departamento municipal de Cultura ha anunciado la organización de un nuevo curso de encuadernación, una oportunidad para que los amantes de los libros y las manualidades aprendan las técnicas de este práctico arte ancestral.

El taller, dirigido a personas mayores de 18 años, está diseñado para un grupo de máximo de 15 participantes, lo que asegura una atención personalizada para cada alumno o alumna durante las clases.

Con una duración total de ocho horas, el curso se impartirá en Lobiano Kulturgunea durante el mes de octubre.

Las sesiones se desarrollarán los lunes, en horario de 18.30 a 20.30 horas, específicamente los días 6, 13, 20 y 27 de octubre.

Las inscripciones para el taller ya están abiertas y las plazas se adjudicarán por orden de llegada hasta completar el grupo.

Algunos descuentos

El coste del curso es de 25 euros, aunque se aplicará una tarifa reducida de 22,50 euros para estudiantes, jubilados, personas en situación de desempleo con tarjeta de Lanbide, y jóvenes con Gazte Txartela. No obstante, es imprescindible que los participantes que deseen acogerse al descuento presenten la acreditación correspondiente al momento de la inscripción.

Laia Lombraña, Elsa Verguizas y Cristina Sánchez ganan Bookface

El concurso organizado por la biblioteca municipal ha recibido en su cuarta edición veintitrés fotografías en sus tres categorías

A. L. OSORO

ERMUA. La biblioteca municipal ha hecho públicos los nombres de las ganadoras de la cuarta edición de Bookface, un ingenioso concurso que combina la creatividad, la fotografía y la lectura.

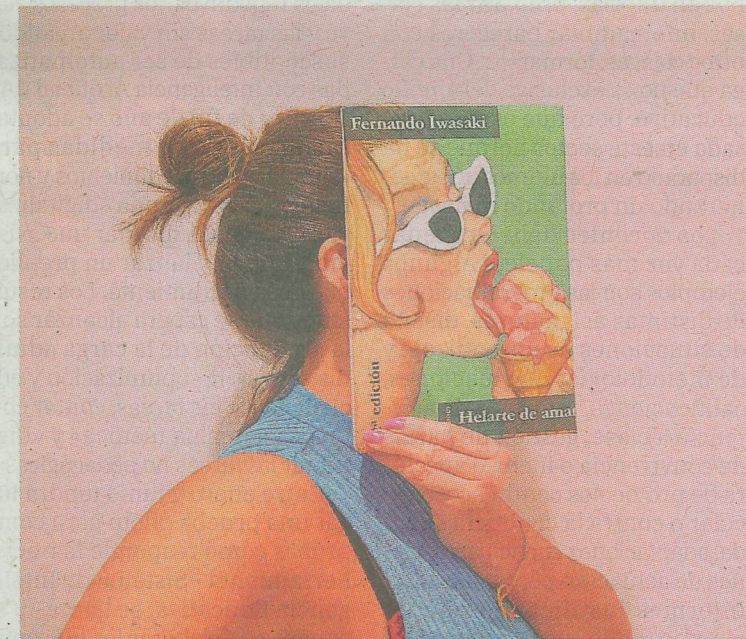
La iniciativa ha recibido un total de 23 fotografías en las tres categorías establecidas según la edad de los participantes.

El concurso consistía en tomarse una fotografía en la que el rostro de la persona se fusionara de forma natural con la por-

tada de un libro, permitiendo el uso libre de atrezzo y composición para lograr el efecto deseado. Las imágenes se enviaron a la biblioteca municipal por correo electrónico o whatsapp para después ser seleccionadas por el jurado del concurso.

Las ganadoras, que destacaron por su originalidad y la calidad de sus composiciones, según fuentes de la biblioteca, son Laia Lombraña en la categoría de menores de 14 años; Elsa Verguizas en la de 15 a 40 años, y Cristina Sánchez en la de mayores de 41 años.

Cada una de estas ermuarras será recompensada con un premio que celebra su pasión por la cultura: un lote de libros y dos entradas para un espectáculo entre los que ha programado el Ermua Antzokia en sus instalaciones hasta final de año.



La fotografía de Elsa Verguizas fue una de las ganadoras. AYTO.

TELÉFONOS DE INTERÉS

URGENCIAS	
SOS DEIAK	112
DYA	943 464 622
HOSPITALES	
Hospital Mendaro	943 032 800
Ambulatorio de Eibar	943 032 500
Ambulatorio de Eibar (Torrekua)	943 032 650
Ambulatorio de Ermua	943 032 630
POLICÍA MUNICIPAL	
Eibar	943 708 424
Ermua	943 176 300
ERTZAINTZA	
Eibar	943 531 700
BOMBEROS Toda la provincia	
	112
TRANSPORTES	
Euskotren	944 333 333
Pesa Eibar	900 121 400
Bizkaibus	946 125 555
TAXIS	
Eibar	943 203 071
Ermua	943 171 733
AYUNTAMIENTOS	
Eibar (Centralita)	943 708 400
Eibar (Oficina de información a la Ciudadanía. Pegora)	010
Ermua	943 179 010

* EL CORREO no se hace responsable de cambios de última hora

CARTELERA DE CINE

EIBAR

COLISEO Merkatu Kalea, 2	
Amor en cuatro letras	19.30
Jone, a veces V.O.S.E.	19.30
Mi postre favorito	19.30

ERMUA

ERMUA ANTZOKIA Iparragirre s/n	
Jone, a veces V.O.S.	20.30

COMUNICACIONES

AUTOBUSES

EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 06.10*, 06.40*, 07.10*, 07.40, 08.10, 08.45*, 09.15*, de 10.10 a 21.10 cada hora, 13.15*, 18.10*, 19.10*.
Sábados: 6.40*, 7.10*, 8.10, 8.45*, 9.15*, de 10.10 a 20.10 cada hora, 13.15*, 15.10*, 16.10*, 18.10*, 19.10*, 20.10*, 21.30.
Domingos y festivos: 8.10, 10.10*, 12.10, 13.10, 15.10*, 17.10, 18.10, 19.10* y 21.45*.
*Salida desde Ermua diez minutos antes

SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 6.50, 7.20*, 7.50*, de 8.20 a 14.20 cada hora, 11.20*, 14.30*, 15.20*, 16.20*, de 18.20* a 22.20* cada hora.
Sábados: 6.50, 7.20*, 7.50*, de 8.20 a 21.20*

cada hora, 11.20*, 14.20*, 16.20*, 17.20*, 18.20*, 19.20* y 22.35*.
Domingos y festivos: 9.20*, 11.20*, 13.20, 14.20*, 16.20, de 18.20* a 20.20* cada hora, y 22.20*.
*Llegada a Ermua

EIBAR-BILBAO (Autopista)

De lunes a viernes: Desde las 6.40 hasta las 20.40 cada hora. Sábados, domingos y festivos: Desde las 7.40 hasta las 21.40 cada hora.

BILBAO-EIBAR (Autopista)

Laborables: De 6.40 a 21.40 cada hora. Sábados-festivos: 7.40 a 21.40 cada hora.

EIBAR-VITORIA

Laborables: 6.25, 6.40, 6.55 y de 7.30 a 22.30 cada hora.
Festivos: De 6.30 a 22.30 cada hora.

VITORIA-EIBAR

Laborables: 6.15, 7.00, 7.15, 7.45 y de 8.15 22.15 cada hora, 22.40 (sólo viernes).
Festivos: De 6.15 a 22.15 cada hora

EIBAR-ARRATE

Laborables: No disponible.
Sábados: 14.00
Festivos: 9.00, 10.00, 11.00, 13.00 y 18.00.

ARRATE-EIBAR

Laborables: No disponible.
Sábados: 14.30
Festivos: 9.30, 10.30, 11.30, 13.30 y 18.30.

EIBAR-ELGETA

Laborables: 6.30, 8.30, 11.00, 13.30, 15.30, 16.30, 18.30 y 20.30.
Festivos: 8.30, 11.30, 13.30, 15.30, 18.30 y 20.30.

ELGETA-EIBAR

Laborables: 6.50, 8.50, 11.20, 13.50, 15.50, 16.50, 18.50 y 20.50.
Festivos: 8.50, 11.50, 13.50, 15.50, 18.50 y 20.50.

EIBAR-HOSPITAL MENDARO

Laborables: 6.10, de 7.05 a 21.45 cada veinte minutos, y 22.15.
Sábados: De 7.00 a 22.00 cada hora.
Domingos y festivos: De 8.00 a 21.00 cada hora, y 22.15.

HOSPITAL MENDARO-EIBAR

Laborables: 6.15, 6.50, 7.10, 7.20, de 7.50 a 21.10 cada veinte minutos, 22.05, 22.25 y 22.55.
Sábados y festivos: De 6.45 a 20.45 cada hora, 22.05 y 22.25.

TRENES

BILBAO-EIBAR

Laborables: 5.55, Diario: (De 6.55 a 20.55 cada hora), 9.34 y 20.34.
Sábado noche: 23.45, 1.45, 3.45 y 5.45.

EIBAR-BILBAO

Laborables: 7.09 y 8.09. Diario: (De 9.09 a 22.09 cada hora), 10.36 y 21.36. Noches: 2.06, 4.06, 6.02 y 7.30.

ERMUA-BILBAO

Laborables: 7.18 y 8.18. Diario: De 9.18 a 22.18 cada hora.

SAN SEBASTIÁN-EIBAR

Laborables: 5.50 y 6.50. Diario: De 7.50 a 20.50 cada hora, 9.20 y 20.20.

EIBAR-SAN SEBASTIÁN

Laborables: 6.06 y 7.06. Diario: De 8.06 a 21.06 cada hora, 10.35 y 21.35.

FARMACIAS

EIBAR

De 9.00 a 22.00: Lekunberri (Isasi, 31) • Azkue-Azkue (Toribio Etxebarria, 4) • Barandela (Ziriako Agirre, 4) • Elortza-Elortza (Juan Gisasola, 18) • Sánchez Castaño (Julián Etxeberria, 7) • Zulueta Vilarino (San Agustín, 5).

ERMUA

De 9.00 a 22.00: Lecumberri Alberdi (Zubiaurre, 9).

EIBAR-ERMUA

Noche. De 22.00 a 9.00: Lekunberri Alberdi (Isasi, 31).