

CLAFRUSCA

acpg premsa gratuïta i mitjans digitals

PUBLICACIÓ MENSUAL GRATUÏTA DEL CASINO LLAGOSTERENC

MARÇ 2010



Definició de rusca:

rusca1
1 f. [LC] [IMI] Escorça de la surera.
2 f. [LC] [IMI] Panna de suro no treballat.

rusca2
f. [LC] pop. Gana forta de menjar.

Agenda

Dissabte, 20 de març a les 22 hores, hi haurà una exhibició de Batuka amb les alumnes del curs.

Lacústica

Georgina Reyner (mezzosoprano) i Marina Mir (guitarra)
Diumenge, 14 de març, a les 19 h

Curs de Català

Adreçat a les persones que vulguin aprendre a escriure bé el català.
Horari: dimarts de 16 a 17 h.
Inici: 9 de març
Final: 30 de març
Preu: 20 €
Professora: Laura Jaime

Curs de creació literària

Adreçat a les persones que tinguin inquietuds literàries i vulguin tenir coneixements bàsics d'un text creatiu: treballarem el conte com a unitat de text literari, a partir d'històries que proposi cada alumne.
Calendari: dimarts de 17 a 18 h.
Inici: 9 de març
Final: 30 de març
Preu: 30 €
Professora: Laura Jaime

Curs de dansa aeròbica

Diverteix-te cremant calories amb coreografies senzilles, fusionant aeròbic, hip hop, funky, salsa, etc.
Calendari: dilluns de 21.30 a 22.30h. Inici: 8 de març
Preu: 20 €. Professora: Pilar Garcia

Ball de Saló amb música en directe

Cada dimarts a partir de les 18 h música en directe al Saló Cafè. Entrada gratuïta amb servei d'entrepans i tapes

Aspecte de la cornisa del Casino per la nevada



8 de març de 2010



Cuina entre mar i muntanya

El Casino Llagosterenc va acollir el passat 11 de febrer la presentació de la campanya gastronòmica dedicada a la Cuina entre Mar i Muntanya organitzada per l'Associació de Restaurants de Llagostera. La presentació va ser tot un èxit d'assistència de públic i va servir per donar el tret de sortida a la campanya que s'allargarà fins al 12 d'abril on hi participen els restaurants de Ca l'Artau, El Carril, Mas Roure, Can Cassoles, Cal Degollat, Ca la Maria i Can Panedes.

Jordi Pujol presenta les seves Memòries

Al voltant d'unes 120 persones van assistir a la presentació de les Memòries del president Jordi Pujol al Teatre del Casino Llagosterenc, el divendres 12 de febrer.

L'alcalde de Llagostera, Fermí Santamaria, i el regidor de comunicació van presidir l'acte en què Jordi Pujol va poder comentar els dos volums publicats de les seves memòries on repassa la seva trajectòria personal i política des de l'any 1930 fins al 1980.

En finalitzar les intervencions, Jordi Pujol va signar llibres als assistents.



Balanç carnavalesc

Balls de carnaval en crisi

El Ball de la dona es va fer com cada any per Carnaval, però en aquesta ocasió l'assistència de públic va ser poc nombrosa, qui sap si també per causa de la crisi. Com que se sap que el Ball de l'home sempre acostuma a ser menys concorregut que el Ball de la dona, i una de les dues colles assídues a tots dos balls no hi podia assistir, la Junta del Casino va decidir suspendre'l.

Si l'any vinent continua la "crisi", haurèm de posar una mica d'imaginació perquè no s'hagin d'acabar suspens definitivament els balls tradicionals de Carnaval.

Anunciants

**FERROS FORJATS**
J. AIGUABELLA
CARPINTERIA METÀL·LICA
AMB FERRO I ALUMINI
TANCAMENTS DE TELA METÀL·LICA

Carrer Tossa, 5
Tel. i Fax: 972 83 02 70

17240 LLAGOSTERA
(Girona)

**DISFRED** Fresco

PEIXATERIA

Passeig Pompeu Fabra, 1 - LLAGOSTERA Tel. 972 831 871

**DROGUERIA FRIGOLA**

972 83 06 42

C. Àngel Guimerà, 27
17240 Llagostera (Girona)

Edita i publica:
CASINO LLAGOSTERENC
Pl. Catalunya, 6 - 17240 Llagostera
a/e: larusca@casino.cat

Directora: Laura Jaime i Femenia
Consell de Redacció: Eduard Galobardes,
Marc Sureda, Marc Peyrecave i Pep Pico

Disseny: Xevi Forroy
Maquetació: Marc Sureda
Impressió: Casino Llagosterenc

DISTRIBUCIÓ GRATUÏTA
Subscripcions: larusca@casino.cat
Tel: 972 117 487 - 650 609 841

NOUS CURSOS AL CASINO

El Casino ofereix un ampli ventall de cursos per tots els gustos i edats

IOGA

El ioga és una tècnica pràctica que millora el nostre estat físic i mental, ens proporciona relaxació i millora la nostra concentració.

Calendari: Dijous de 9.15 a 10.15h. Inici: 4 de març, Final: 25 de març.

Preu: 30 €

Professora: Griselda

SAMBA

Dansa d'origen africà dels negres de Rio de Janeiro, Sao Paulo i Bahia

Calendari: dimecres de 20.30 a 21.30 h. Inici: 10 de març,

Final: 31 de març.

Preu: 20 €

Professora: Alexandra Da Silva

STEP

Posa't en forma treballant el sistema cardiovascular i cardiorespiratori

Calendari: dilluns de 20.30 a 21.30 h. Inici: 8 de març,

Final: 29 de març

preu: 20 €

Professora: Pilar Garcia

TXI KUNG

És una tècnica d'exercicis milenaris que està relacionada amb el Tai Txi Xuan, però sense aplicacions marcial. La seva funció principal és enfortir el cos, i combinant els moviments amb la respiració, ajudar a desbloquejar les articulacions, enfortir la musculatura, augmentar la flexibilitat, l'elasticitat i generar equilibri.

Calendari: dimarts de 10.15 a 11.15h. Inici: 9 de març,

Final: 30 de març

Preu del curs : 30 €,

Professora: Pilar Garcia

BALL TRADICIONAL XINÈS

Basat en una cultura de més de 5000 anys d'història, actualment segueix de moda. La dansa com a mitjà d'expressió corporal, també és una manera eficaç d'assolir l'harmonia i la pau interior. Durant les classes, es treballa la coordinació mitjançant els passos bàsics, la famosa dansa de ventalls xinesos.

Calendari: Pendent de concretar.

Preu: 30 € / 4 classes

Professora: Tai Wei Foo, actriu i coreògrafa.

Cursos en funcionament amb inscripcions obertes

BEAT BOX (HIP-HOP)

És considerat el cinquè element del hip-hop, fent ritmes i sons amb el cos, en aquest taller aprendrem a imitar sons i reproduir ritmes, com si es tractés d'una bateria o una orquestra humana.

Classe demostrativa el dissabte, dia 27 de març, a les 18 h.

Curs els dies 10, 17, i 24 d'abril, dissabte de 18 a 19 h.

Preu: 20 € Professor: MOUG (Marc Ortín)

DEFENSA PERSONAL

Es treballa un conjunt de tècniques derivades de les arts marcial, que permeten defensar-se i sentir-se segura davant d'una situació de risc. Calendari: dimarts de 20.30 a 21.30 h. Inici: 9 de març Final: 30 de març.

Preu: 30 €.

Professora: Irene Alonso, cinturó negre 2n Dan d'Hapkido

STRETCHING

El stretching global actiu (SGA), és un nou mètode de fer estiraments de forma activa, tractant el cos de forma global. Es treballa estirant les diferents cadenes musculars del cos, mitjançant diferents postures. Calendari: a concretar. Preu: 30 € x 4 classes.

Professora: Estel Mallorquí Ayach, llicenciada en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.



nogue
Assessors

Laboral - Fiscal - Assegurances

Carrer dels Almogàvers, núm. 21
17240 LLAGOSTERA
Tel. 972830135 Fax: 972830101
correu: nogueassessors@gmail.com

www.elpoll.cat

Centre de Salut Integral
Teraphy

Tel. i Fax: 972 461 730
Urgències: 690 015 702
www.teraphy.com_info@teraphy.com

Carrer Marina, 42 - 17244 Cassà de la Selva (GIRONA)

Psicologia. Cognitiva Conductual, Familiar, del Dolor, Psicossomàtica, Psicooncologia...

Naturopatia-Acupuntura. Oligoelements, Fitoteràpia, Flors de Bach...

Fisioteràpia. Cognitiva Visceral, Teràpia Manual, Acupuntura, Tècniques Osteopàtiques, Teràpia Regenerativa, Rehabilitació, Neuro-Trauma, RHB Funcional...

Novetats. Logopèdia, Diatèmia Profunda, Psico-Gym, Teraphy-Benestar-Hotel, Prevenció-Sport-Teraphy, Tallers de Memòria, Grup Solilàser...