

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme.

ore 8.30/9.30 continuato - Solo tessera.

Fondazione Monauni · Coccaglio, via Madre Teresa di Calcutta

Filosofia

IONE BELOTTI

Giacomo Leopardi: il "pensiero poetante". Che Giacomo Leopardi sia uno dei più grandi poeti dell'Ottocento nessuno ne dubita. Che sia anche filosofo, invece, è stato ed è oggetto di dibattito, benché negli ultimi tempi il suo pensiero sia stato assai rivalutato. Afferma Emanuele Severino: "Personalmente, sostengo che si tratti del maggior pensatore della filosofia contemporanea".

Dal 10 ottobre al 7 novembre · ore 14.30/16.30

5 incontri: € 40,00

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Pilates - mattino

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 10 ottobre al 12 dicembre · ore 9/10

10 incontri: € 40,00. Max 14 iscritti.

Ginnastica posturale

OTTAVIO FRANZONI

Attività a corpo libero mirata a correggere la postura con fasi di stretching statico per il benessere delle articolazioni.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 10 ottobre al 12 dicembre · ore 15/16

10 incontri: € 40,00. Max 14 iscritti.

Pal. Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Laboratorio di teatro**e uso espressivo della Voce**

SIMONA ROSA

8 giornate per incontrarsi, divertirsi e giocare con le potenti immagini della nostra creatività (sia per principianti, sia per coloro che hanno già esperienza). Vestiti comodi e tappetino.

Dal 10 al 31 ottobre e dal 7 al 28 novembre · ore 20.30/22.30

8 incontri: € 50,00 - Max 18 iscritti.

VENERDÌ

Fondazione Monauni · Coccaglio, via Madre Teresa di Calcutta

Bioenergetica

GIANLUIGI GALANTI

Ginnastica psicocorporea indicata per chi vuole prendersi cura di sé, ascoltarsi, conoscersi e contattare le proprie emozioni, scaricare le tensioni fisiche ed emotive per accrescere la vitalità, l'autostima ed il benessere generale.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 11 ottobre al 20 dicembre · ore 17.30/19

10 incontri: € 50,00. Max 10 iscritti.

LICEO «LORENZO GIGLI» · Rovato, via Europa, 2

Informatica base

GUIDO TURLA

Introduzione all'uso del computer. Gestione dei file - Elaborazione di testi - Microsoft Word - Virus e la manutenzione del computer - Internet - Emails - Gli acquisti nel mondo della tecnologia - Amazon - Il Cloud - Google Drive.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 14/16

10 incontri: € 60,00. Max 10 iscritti.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Pilates - pomeriggio

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 11 ottobre al 20 dicembre · ore 15.30/16.30

10 incontri: € 40,00. Max 14 iscritti.

Hata Yoga

CORRADO GAGNI

Lo yoga è una pratica antichissima per il benessere dell'uomo. In questi incontri metteremo un particolare accento sulla precisione del movimento e allineamento, per poter trarre il massimo beneficio dalle Asana. Portare materassino.

Dal 11 ottobre al 20 dicembre · ore 17/18

10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.

ACQUARÈ piscina di ROVATO · via Franciacorta, 1

Piscina

PISCINA SPAZIO SPORT

Per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

Dal 11 ottobre al 20 dicembre · ore 15/15.50

10 incontri: € 50,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme.

ore 8.30/9.30 continuato - Solo tessera.

Sala Studio - Biblioteca SABEO · Chiari, v.le Mellini, 2

Laboratorio di teatro**e uso espressivo della Voce**

SIMONA ROSA

5 giornate per incontrarsi, divertirsi e giocare con le potenti immagini della nostra creatività (sia per principianti che per coloro che hanno già esperienza). Vestiti comodi e tappetino.

Dal 8 novembre al 6 dicembre · ore 20.30/22.30

5 incontri: € 40,00 - Max 18 iscritti.

SABATO

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Inglese base 1

BEATRICE DE CARLI

Si comincia dalle basi della lingua inglese.

Dal 12 ottobre al 14 dicembre · ore 8.45/10.15

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Inglese intermedio 1

BEATRICE DE CARLI

Consigliato a chi, avendo acquisito basilari elementi della lingua, intende proseguirne lo studio e rafforzare le proprie competenze nella conversazione.

Dal 12 ottobre al 14 dicembre · ore 10.30/12

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le ISCRIZIONI agli incontri si effettuano presso la sede AUSER di via Ettore Spalenza, 8 - Rovato, cell. 335 6309678, a partire da lunedì 16 a sabato 28 settembre con i seguenti orari: lunedì, venerdì e sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.00; martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 15.00 alle ore 17.00.

È necessario essere in regola con il tesseramento AUSER 2019: la tessera costa € 15 e vale sino al 31-12-2019 e dopo la sottoscrizione non può essere rimborsata.

La tessera di socio è necessaria per ogni iniziativa AUSER.

Portare il codice fiscale al momento del tesseramento.

Il Direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti.

SI PREGA DI RISPETTARE IL TERMINE DI ISCRIZIONE DEL 28 SETTEMBRE.

GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

- DOMENICA 13 OTTOBRE: LAGO D'ORTA ED ISOLA DI S. GIULIO
- DAL 6 ALL'8 DICEMBRE: SIENA AREZZO E MONTEPULCIANO
- Gita: Una città un museo da definire
- APRILE/MAGGIO 2020: CAMARGUE
- SETTEMBRE 2020 UZBEKISTAN: LA TERRA DI TAMERLANO (SAMARCANDA, KHIVA, BUKHARA)

Queste ed altre verranno comunicate durante lo svolgimento dei corsi e contemporaneamente saranno visualizzabili sul sito di AUSER ROVATO.

PER INFORMAZIONI E PROGRAMMI DETTAGLIATI DI QUESTE ED ALTRE INIZIATIVE

AUSER INSIEME ROVATO

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8 - Tel. 030.7722680
Cell. 335.6309678 - e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it

cliccare su Google:

Auser Rovato e avrete periodicamente altre informazioni



www.new038gymfamilycenter.it
newzerotrentotto



FONDAZIONE GASPARE MONAUNI
COCCAGLIO



AUSER INSIEME ROVATO "UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ"

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8
Tel. 030.7722680 - Cell. 335.6309678

in collaborazione con il

COMUNE DI ROVATO

Assessorato alla Pubblica Istruzione

propone

Opportunità di incontro.

“a chi non ha l'età
per la scuola
ma ha conservato
curiosità ed interessi,
desiderio di conoscenza
e di relazione con gli altri,,

SOSTIENI IL FILO D'ARGENTO
CON IL 5x1000: C.F. 97321610582

AUTUNNO 2019

LUNEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Francese - conversazione BENEDETTA CATANIA

Corso dedicato a chiunque abbia voglia di dialogare e confrontarsi in francese.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre - Escl. 4 novembre · ore 20/21.30
10 incontri: € 50,00. Max 12 iscritti.**Cucito - serale** FRANCA RIZZO

Corso avanzato - Programmiamo capi per l'autunno e rivediamo capi usati - A richiesta verrà proposto il modello base su misura.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre - Escl. 4 novembre
Sala CAI · ore 20.30/22.30
10 incontri: € 55,00. Max 9 iscritti.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Hata Yoga CORRADO GAGNI

Lo yoga è una pratica antichissima per il benessere dell'uomo. In questi incontri metteremo un particolare accento sulla precisione del movimento e allineamento, per poter trarre il massimo beneficio dalle Asana. Portare materassino.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre - Escl. 4 novembre · ore 15/16
10 incontri: € 40,00. Max 12 iscritti.**Balli di gruppo** IRIS MORATTI

Lezione gratuita di prova il 16/9 dalle ore 16 alle 17,30, nella stessa palestra. Tutti i balli di gruppo e le ultime novità per trascorrere un piacevole pomeriggio in compagnia; perché ballare fa bene a corpo e mente.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre - Escl. 4 novembre · ore 16/17.30
10 incontri: € 50,00. Max 12 iscritti.**Danza del ventre** IRENE AGAZZANI

Questa danza è fonte di benefici fisici in quanto armonizza e rafforza la muscolatura complessiva del corpo della donna, rilassa la mente, esalta la femminilità, procura autostima e fiducia in sé stesse.

Dal 7 ottobre al 16 dicembre - Escl. 4 novembre · ore 17/18
10 incontri: € 40,00.**MARTEDÌ**

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Poesia LILIANA VARELLI

Conversazioni sull'alta funzione della poesia durante dieci incontri. Sulle forze arcane del tempo sorge la voce delle Muse.

Per esse gli ideali e i sogni degli uomini risplendono nei secoli, come tramandano anche Goldoni, Parini, Foscolo e Manzoni nelle loro opere, di cui si approfondiranno alcuni testi.

Dal 8 ottobre al 10 dicembre - Sala CAI · ore 14.30/16
10 incontri: € 40,00.**Cucito - mattina** FRANCA RIZZO

Per rimodellare capi già usati o nuovi. Riparazioni varie.

A richiesta verrà proposto il modello base su misura.
Dal 8 ottobre al 10 dicembre - Sala CAI · ore 9/12
10 incontri: € 60,00. Max 9 iscritti.**Francese - base** BENEDETTA CATANIA

Corso dedicato a chiunque abbia voglia di apprendere le basi di una lingua facile e piacevole. Ideale per tutte le età.

Dal 8 ottobre al 10 dicembre - Sala CAI · ore 17.30/19
10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 14 iscritti.**Psicologia** MICHELE VENNI

Ogni giorno, dal momento della nascita, dobbiamo affrontare problemi. Ma varie volte veniamo presi dall'ansia e ne soffriamo. Cercheremo di scoprire come nasce in noi e come dilaga al punto di non saperla controllare. Impareremo i metodi per tenerla sotto controllo e farla diventare opportunità.

Dal 15 ottobre al 3 dicembre - ore 16.30/18
8 incontri: € 45,00.**Parliamo di libri. Circolo di lettura** EBE RADICI

Commentare un libro, confrontarsi, stare insieme. Proposte di letture e di autori. Lettura collettiva di un breve racconto.

24 set - 22 ott - 19 nov - 17 dic 2019

14 gen - 11 feb 2020 · ore 14.30/16 · 6 incontri: € 15,00.

Inglese base 2 EROS GOBETTI

Per chi ha già frequentato il corso di inglese base 1 o ha comunque conoscenze di base della lingua.

Dal 8 ottobre al 10 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 14 iscritti.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme. ore 8.30/9.30 continuato - Solo tessera.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Ginnastica posturale OTTAVIO FRANZONI

Attività a corpo libero mirata a correggere la postura con fasi di stretching statico per il benessere delle articolazioni.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 8 ottobre al 10 dicembre · ore 15/16

10 incontri: € 40,00. Max 14 iscritti.

Ginnastica per l'intimo benessere ANNA RITA MAFEZZONI

Ginnastica al femminile per rafforzare la muscolatura e per un benessere complessivo corpo-mente.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 8 ottobre al 10 dicembre · ore 15/16

10 incontri: € 40,00. Max 10 iscritti.

Scuola Ricchino · Rovato, via Ettore Spalenza, 27

Restauro base GIANPIETRO COSTA

Apprendimento di base e applicazione pratica per la conoscenza dei materiali e delle tecniche base per il restauro conservativo di manufatti lignei. Esecuzione materiale.

Dal 8 ottobre al 10 dicembre · ore 20/23

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 12 iscritti.

MERCOLEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Storia dell'arte ERICA SIRANI

"L'Ottocento".

Dal 9 ottobre al 11 dicembre · ore 15/16.30

10 incontri: € 50,00.

Decorazione su porcellana ALBINA VEZZOLI

Le tecniche impiegate sono: tradizionale con olio molle, americana con pennello piatto e marmorizzazioni.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre - Sala CAI · ore 15/17

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 6 iscritti.

Inglese avanzato 2 EROS GOBETTI

Il corso è rivolto a chi ha già frequentato corsi di livello intermedio e in generale a chi ha già dimestichezza con la lingua inglese.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre · ore 18.15/19.45

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 14 iscritti.

Inglese intermedio 1 EROS GOBETTI

Per chi ha già frequentato il corso di inglese base 2 o ha comunque conoscenze di base della lingua.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre - Sala CAI · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Inglese intermedio 2 ROBERTA MARANESI

Il corso si rivolge a chi ha già frequentato inglese intermedio 1 e in generale a chi ha già una conoscenza di base della lingua inglese e delle principali strutture grammaticali.

Affronteremo e approfondiremo grammatica e lessico, cercando di dare spazio alla conversazione e all'uso della lingua viva.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro. Max 12 iscritti.

Inglese avanzato 2 BEATRICE DE CARLI

Indicato per coloro che hanno già appreso i principali elementi della lingua e desiderano consolidarli e proseguire nello studio della grammatica e del lessico, esercitandosi anche nella lettura, comprensione e conversazione.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre - Stanza CAFFÈ · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Pal. Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Spagnolo base CARMEN R. ELIAS CONTRERAS

Per chi vuole imparare la lingua spagnola.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Pilates - pomeriggio 1 OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre · ore 15.30/16.30

10 incontri: € 40,00. Max 14 iscritti.

Pilates - pomeriggio 2 OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere.

Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 9 ottobre al 11 dicembre · ore 16.40/17.40

10 incontri: € 40,00. Max 14 iscritti.

GIOVEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Dal disegno alla pittura DAVIDE CASTELVEDERE

Insegnamenti di base attraverso un percorso che va dalla tecnica del disegno artistico alla pittura.

10 incontri aperti a tutti, principianti ed appassionati.

Materiali non inclusi.

Dal 10 ottobre al 12 dicembre - Sala CAI · ore 15/17

10 incontri: € 55,00. Max 12 iscritti.

Inglese avanzato 2 ROBERTA MARANESI

Il corso si rivolge a chi ha già frequentato inglese avanzato 1 e in generale a chi ha già una conoscenza di livello intermedio della lingua inglese, del lessico, delle strutture lessicali e grammaticali. Ampio spazio sarà dedicato alla conversazione, alla simulazione di situazioni tipo.

Dal 10 ottobre al 12 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Auditorium Scuola Media

Ginnastica dolce NADIA ZELASCHI

Avere cura del proprio corpo con tecniche di rilassamento e attività motoria adatta alle persone che vogliono fare ginnastica dolce.

Portare materassino.

Dal 10 ottobre al 12 dicembre · ore 15.20/16.50

10 incontri: € 50,00. Max 15 iscritti.

Scuola Ricchino · Rovato, via Ettore Spalenza, 27

Restauro avanzato GIANPIETRO COSTA

Continua l'apprendimento e l'applicazione pratica per la conoscenza dei materiali e delle tecniche base per il restauro conservativo di manufatti lignei. Esecuzione materiale.

Dal 10 ottobre al 12 dicembre · ore 20/23

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 12 iscritti.