

PROGRAMMA CORSI 2026 primo semestre

Organizzati da AUSER INSIEME VOLONTARIATO BICOCCA APS-ETS
presso la sala di VIA EMPOLI 9/2, MILANO



GINNASTICA DOLCE (insegn. Novella Landi)

dal 13 gennaio al 5 giugno 2026:

- I° TURNO MARTEDÌ E VENERDÌ ORE 9-10
- II° TURNO MARTEDÌ E VENERDÌ ORE 10-11
- III° TURNO MARTEDÌ E VENERDÌORE 11-12



YOGA (insegn. Laura Ronca)

dal 13 gennaio al 26 maggio 2026:

- MARTEDÌ ORE 18.30 - 19.45



TAI CHI (insegn. Roberta Pellegrini)

dal 14 gennaio al 3 giugno 2026:

- MERCOLEDÌ ORE 10 - 11

NUOVA PROPOSTA 2026:



PILATES (insegn. Roberta Coppi)

dal 16 gennaio al 5 giugno 2026:

- VENERDÌ ORE 18 - 19

Le iscrizioni sono aperte, per info: monica.pontoni@auser.lombardia.it