



CALENDARIO AGGIORNATO FEBBRAIO 2024
 per Informazioni e iscrizioni contattare i singoli referenti

CORSO	GIORNI E ORARI	REFERENTE	CONTATTI	FREQUENZA GRATUITA
RISVEGLIO MUSCOLARE	Lunedì 9.00 – 10.00	ALICE GAVEZZOTTI	Tel. 392 1495786 gavezzottialice@gmail.com	
HATHA YOGA INTEGRALE	Lunedì 10.15 -11.15	VALENTE MARIA NADIA	Tel. 338 1207401 bodu.nadia@hotmail.com	
LINGUA FRANCESE <i>Letture e conversazione</i>	Lunedì 15.30 – 16.30	ANNAMARIA RAVERA	Tel. 338 4401220 anna47.ravera@gmail.com	X
YOGA LATES – MOVIMENTO, RESPIRO, MEDITAZIONE	Lunedì 16.15 – 17.15	DARIA CREMONESI	Tel. 346 2290680 daria.cremonesi@gmail.com	
TAIJIQUAN - QI GONG	Lunedì 18.00 – 19.00	LUCA ZANONI	Tel. 328 4591384 luka.zanoni@gmail.com	
STRECHING	Lunedì 19.15 – 20.15	ALICE GAVEZZOTTI	Tel. 392 1495786 gavezzottialice@gmail.com	
LODITANGO	Lunedì 20.30 – 22.30	ANGELO SCALMANI	Tel. 347 3319641 asdm2011@alice.it	X
DIMAGRANDO, DIMAGRIRE BALLANDO	Martedì 10.15 – 11.15	ELISA RISITANO	Tel. 333 4103449 info@dimagrando.it www.dimagrando.it	
DANZATERAPIA	Martedì 16.00 – 17.00	CURIOSAMENTE APS	Tel. 348 2745024 curiosamente@curiosamente.net www.curiosamente.net/laboratorio- di-danza-creativa/	
HATHA YOGA	Martedì 19.15 – 20.45	IVANA TELEBAK	Tel. 328 3635003 i.telebak@gmail.com	
REIKI = BENESSERE CORPO/MENTE	Martedì 21.00 – 23.00	MASSIMO ZAMBELLI	Tel. 335 5903026 max.komyo@gmail.com	X

LODITANGO	Mercoledì 16.00 – 17.00	ANGELO SCALMANI	Tel. 3473319641 asdm2011@alice.it	X
DIMAGRANDO, DIMAGRIRE BALLANDO	Mercoledì 18.00 – 19.00	ELISA RISITANO	Tel. 333 4103449 info@dimagrando.it www.dimagrando.it	
CORSO DI ACQUARELLO	Mercoledì 19.00 – 21.00	CRISTINA MOLLICA	Tel. 339 3600608 info@scuoladiacquarello.com www.scuoladiacquarello.com	
HATHA YOGA INTEGRALE	Mercoledì 19.15 – 20.30	VALENTE MARIA NADIA	Tel. 338 1207401 bodu.nadia@hotmail.com	
CORSO DI DANZE POPOLARI	Mercoledì 21.15 – 22.45	ANDREA BUTERA	Tel. 366 5912775 buterandrea@gmail.com www.andreabutera.it	
GINNASTICA DOLCE	Giovedì 10.00 – 11.00	FEDERICA CIAMPOLLARI	Tel. 339 6832122 midnight.movements@gmail.com	
DIMAGRANDO, DIMAGRIRE BALLANDO	Giovedì 16.45 – 19.00	ELISA RISITANO	Tel. 333 4103449 info@dimagrando.it www.dimagrando.it	
TAI CHI CHUAN	Giovedì 19.15 – 20.45	ALFREDO NEGRI	Tel. 347.8852172 alfre957@gmail.com	
IMPARA L'ARTE DELL'UNCINETTO	Venerdì 17.00 – 19.30	MARIOLINA GASPARINI	Tel. 328 6424302 gasparinimariolina@gmail.com	
TANGO TERAPIA (TVB: Tango per Vivere Bene)	Venerdì 17.00 – 18.30	FERRARIS PAOLA MARIA	Tel. 347 9808848 segreteria@milanoatletica.it www.milanoatletica.it	
LODITANGO	Venerdì 20.30 – 22.30	ANGELO SCALMANI	Tel. 347 3319641 asdm2011@alice.it	X
DANZA CREATIVA METODO M. FUX	Sabato 13.30 - 14.30	ALESSANDRA NEGRI	Tel. 328 4584232 alenegri70@libero.it	

Ingresso SPAZIO RICREATIVO – VIA CARDUCCI, 7 - LODI (Cortile Scuola Ada Negri)