



# MUNICIPIO 2

nell'ambito delle attività programmate per  
i Centri di Aggregazione Multifunzionali  
ed in collaborazione con Le Macchine Celibi  
soc.coop.



Comune di  
Milano

propone

**Corsi estivi dal 17 giugno  
al 13 luglio 2024**

**E...state al CAM**

INFO E PRENOTAZIONI

dal 3 al 14 giugno nei seguenti giorni e orari  
di apertura delle segreterie

**CAM PADOVA**  
Via Padova 118, 1°P  
mercoledì giovedì  
e venerdì  
dalle 9:30 alle 12:30  
tel.0288458273

**CAM TURRO**  
Piazzale Governo  
Provvisorio 9  
lunedì e martedì  
dalle 9:30 alle 12:30  
tel. 02.88458208

**Tutti i corsi CAM sono gratuiti**  
e-mail [cam.csrc@gmail.com](mailto:cam.csrc@gmail.com)

**[comune.milano.it/municipio2](http://comune.milano.it/municipio2)**

## CORSI PADOVA max 3 corsi

### Lunedì

-Tai Chi	9:00-10:25
-Smartphone	10:30-11:25
-PC facile	11:30-12:25
-Stretching muscolare	16:00-16:55
-Yoga stretching e relax	17:00-18:25

### Martedì

**-Primi approcci al teatro 1** 9:30-12:25  
**18 e 25 giugno**

-Cosmesi Naturale	14:30-17:25
-Art Attak dai 5 anni	16:15-17:40
martedì 25 giugno	
-Abc Ritmo in movimento	16:00-17:25
-Danze Spagnole	17:30-18:55
-Corso di Fumetto	18:00-19:55

### Mercoledì

-Ginnastica dolce	9:00-9:55
-Ginnastica posturale	10:00-10:55
-Riallineamento colonna	11:00-11:55
-Total body	14:30-15:25
-G.A.G	15:30-16:25
-Art Attak dai 5 anni	16:15-17:40
19-26 giugno e 3 luglio	
-Scrittura creativa	16:30-18:25

### Giovedì

-Crea con la fantasia	9:30-12:25
<b>-Primi approcci con il Teatro 2</b>	9:30-12:25
<b>20 e 27 giugno</b>	
-Movimenti del benessere	14:30-15:25
-Pilates	15:30-16:25
-Ginnastica dolce	16:30-17:25
-Pilat-dance	17:30-18:25
-Danza creativa	18:30-19:25

### venerdì

-Acquerello base	9:00-10:55
-Acquerello avanzato	11:00-12:55
-Yogi sound	9:00-10:25
-Circle mantra	10:30-11:55

## CORSI TURRO max 2 corsi

### Lunedì

-Decoupage	9:30-12:25
-Bijoux	14:00-15:55

### Martedì

-Tai Chi	9:30-10:55
Smartphone	11:00-11:55
-PC facile	14:00-14:55
-PC avanzato	15:00-15:55

### Mercoledì

-Yogi sound	9:00-10:25
-Circle mantra	10:30-11:55
-Spazio Donne Arte	9:30-12:25
-Taglia e cuci Zic Zac	14:00-16:30

### Giovedì

-Stretching muscolare	9:30-10:25
-Yoga e relax	10:30-11:55
<b>-Workshop dal disegno al colore</b>	
<b>20 e 27 giugno</b>	9:00-12:55

#### Note ai corsi:

- Yogi Sound: pratica di Hatha Yoga sonoro e Nada Yoga per armonizzare i chakra**
- Circle Mantra: pratica di canto in cerchio**
- Cosmesi naturale: percorso formativo dedicato alla creazione di prodotti per la cura del corpo ma non solo, utilizzando ingredienti naturali**
- Primi approcci con il teatro: alla scoperta di un magico mondo con due coinvolgenti incontri introduttivi!**
- Workshop di arte: percorso intensivo che parte dal disegno e si completa con un'opera a colori**
- Art Attak: spazio creativo per bambini che dovranno essere accompagnati da un adulto. Sarà un momento divertente in cui potrete condividere fantasia e creare qualcosa di unico insieme.**