

CORSI DA GENNAIO A GIUGNO 2025

FREQUENZA CORSI

L'utente sarà cancellato dal corso, rientrando nella lista di attesa, nel caso di:

- 2 assenze consecutive per i corsi brevi;
- 6 assenze anche non consecutive per i corsi lunghi.

IMPORTANTE!

Non occorre iscriversi nuovamente!

Le iscrizioni effettuate ad ottobre saranno ritenute valide.

I corsi proseguiranno in continuità dal 20 gennaio alla prima settimana di giugno 2025.

SEDI MUNICIPIO 4

• **OGLIO:**

Via Oglio 18, Milano;

• **PAREA:**

Via Carlo Parea 26, Milano
(Q.re Ponte Lambro, adiacente posta);

• **MONDOLFO:**

Via Mondolfo 1, Milano (casetta gialla).

CONTATTI:

• Segreteria **Oglio:**

Tel. 02/88458420, da lunedì a venerdì,
09:30 12:30;

• Segreteria **Parea-Mondolfo** (dal 13 gennaio):

Tel. 02.88447455/mail
camunicipio4@gmail.com,
Lunedì 09:30/12:30
Martedì 14:30/17:30
Mercoledì 14:30/17:30
Giovedì 09:30/12:30 - 14:15/17:45
Venerdì 14:00/17:00



MUNICIPIO 4



ATTIVITÀ E CORSI PER IL TEMPO LIBERO

Casa di Quartiere

EX CAM

OGLIO
PAREA
MONDOLFO

PROGRAMMA DA GENNAIO
A GIUGNO 2025



Cooperativa
Le Macchine Celibi
Officina di immagini,
linguaggi, immaginazioni

PAREA

LUNEDÌ

Risveglio muscolare	09:30/10:30
Yoga	10:30/11:30
Yoga GYN	11:30/12:30
Cucito creativo	10:00/12:00
Atelier di pittura	14:15/16:30
Creatività per bambini (5-10 anni)	16:45/18:15
Balli di gruppo 1° turno	17:00/18:00
Balli di gruppo 2° turno	18:00/19:00
Balli di coppia (congiunti)	19:00/20:00

MARTEDÌ

Ginnastica dolce 1° turno	14:30/15:30
Ginnastica dolce 2° turno	15:30/16:30
Ginnastica posturale	16:30/17:30
Total body soft	17:30/18:30
GAG	18:30/19:30
Angolo dei lettori e delle parole condivise	15:30/17:30

LIBERA AGGREGAZIONE martedì e venerdì

- Burraco e giochi di carte 14:30/17:30

POMERIGGIO DANZANTE mercoledì

- Ballo liscio e balli di gruppo 14:30/17:30
(entrata libera fino ad esaurimento posti)

CORSI 2025

PAREA

MERCOLEDÌ

Inglese base	15:30/16:30
Inglese intermedio	16:30/17:30
Inglese conversazione	17:30/18:30
Danze popolari	18:00/20:00

GIOVEDÌ

Ginnastica dolce 1° turno	09:15/10:15
Ginnastica dolce 2° turno	10:15/11:15
GAG	11:15/12:15
Atelier di taglio e cucito (in autogestione)	09:30/12:30
Smartphone e tablet	14:30/15:30
PC base	15:30/16:30
PC avanzato	16:45/17:45
Tai chi	18:00/19:00
Portoghese base	18:00/19:00
Ginnastica posturale	15:30/16:30
Baby gym (4-5 anni)	16:30/17:15
Gym movimento (6-10 anni)	17:15/18:00
Benessere in movimento	18:00/19:00
Total body	19:00/20:00

VENERDÌ

Spagnolo base	15:30/16:30
Spagnolo avanzato	16:30/17:30
Smartphone e tablet	17:30/18:30
Tai chi	18:45/19:45

SABATO

WORKSHOP DI COSMESI NATURALE
22 febbraio - 15 marzo - 19 aprile - 10 maggio,
14:30/17:30

MONDOLFO

MERCOLEDÌ

Creatività (in collaborazione con CPS Fantoli/CDD Gonzaga)	10:00/12:00
Decoupage	14:15/17:15
Spazio donne	17:15/18:45
Chitarra base adulti (dai 16 anni)	20:00/20:45
Musica d'insieme	21:00/23:00

GIOVEDÌ

Taglio e cucito base	09:30/12:30
----------------------	-------------

OGGIO

MARTEDÌ

Taglio e cucito avanzato	14:00/17:00
--------------------------	-------------

GIOVEDÌ

Riattiva la mente	15:00/16:00
Pittura su ceramica	15:00/18:00
<i>Presso Polo Ferrara</i>	
Balli di gruppo 1° turno	15:00/16:00
Balli di gruppo 2° turno	16:00/17:00

VENERDÌ

Tai chi 1° turno	09:30/10:45
Tai chi 2° turno	10:45/12:00
Pittura su stoffa e acquerello	15:00/18:00

I CORSI SONO GRATUITI.

I corsi in rosso hanno subito modifiche: contattare la segreteria per comunicare la vostra eventuale rinuncia.