

CORSI DI LUGLIO

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI: CAMUNICIPIO4@GMAIL.COM

LUNEDÌ	RISVEGLIO MUSCOLARE	9:00 - 9:45	CAM Parea
	GINNASTICA DOLCE	10:00 - 10:45	CAM Parea
	STRETCHING E YOGA	11:00 - 11:45	CAM Parea
	CUCITO CREATIVO	9:45 - 12:15	Online
	IN CUCINA CON CRISTINA	18:30 - 19:30	Online
MARTEDÌ	TAI CHI	9:30 - 10:30	CAM Parea
	PC	11:00 - 12:00	CAM Parea
MERCOLEDÌ	MUSICA D'INSIEME (Mercoledì 14 sarà posticipato a giovedì 15)	21:00 - 23:00	CAM Parea
	ATELIER DI DISEGNO	10:00 - 12:00	Online
	SPAZIO DONNA	14:30 - 17:30	Online
	GINNASTICA DOLCE	15:00 - 15:45	Online
	TONIFICAZIONE	16:00 - 16:45	Online
	GAG	17:00 - 17:45	Online
	GINNASTICA POSTURALE	18:00 - 18:45	Online
	PILATES	19:00 - 19:45	Online
	DANZADONNE	18:15 - 19:15	Online
	CHITARRA BASE	19:45 - 20:45	Online
	GIOVEDÌ	DECOUPAGE	14:30 - 16:30
SPAZIO LAB BIMBI		16:45 - 18:00	CAM Parea
GINNASTICA DOLCE		15:00 - 15:45	CAM Parea
GINNASTICA POSTURALE		16:00 - 16:45	CAM Parea
PILATES		17:00 - 17:45	CAM Parea
GAG		18:00 - 18:45	CAM Parea
TOTAL BODY		19:00 - 19:45	CAM Parea
RIALLINEAMENTO COLONNA		15:00 - 15:45	Online
STRETCHING E YOGA		16:00 - 17:30	Online
TONIFICAZIONE		17:45 - 18:45	Online
MEDITAZIONE YOGA E RILASSAMENTO		19:00 - 20:00	Online
VENERDÌ	RISVEGLIO MUSCOLARE	9:00 - 9:45	CAM Parea
	GINNASTICA DOLCE	10:00 - 10:45	CAM Parea
	YOGA E RILASSAMENTO	11:00 - 12:30	CAM Parea
	TAI CHI	9:30 - 10:30	Online
	PC	11:00 - 12:00	Online

SERATE

ONLINE MUSIC QUIZ	lunedì 5 luglio	CAM PAREA KARAOKE	giovedì 1 luglio
	lunedì 12 luglio		giovedì 8 luglio
	lunedì 19 luglio		mercoledì 14 luglio
DALLE 20:30 ALLE 23:00		ALLE 23:30	giovedì 22 luglio