

ORARI DEI CORSI 2022/2023

DANZA E TEATRO ADULTI

Improvvisazione e Composizione	Simona Nannetti	LUN	20:15 - 21:45	
Danza Classica e Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	MAR	13:30 - 14:30 Sbarra a Terra 19:00 - 20:00 Sbarra a Terra	
		GIO	13:30 - 14:30 Sbarra a Terra 18:00 - 19:00 Sbarra a Terra 19:00 - 20:00 Sbarra a Terra 20:00 - 21:00 Classica	
		SAB	9:30 - 10:30 Sbarra a Terra 10:30 - 11:30 Sbarra a Terra 11:30 - 12:30 Classica (Sbarra) 12:30 - 13:30 Classica (Centro)	
		E_A_S_Y Dance Practice	Laura Cossignani	MAR 14:45 - 15:45 VEN 19:00 - 20:00
		Danza Jazz	Marco Sbarzagli	MAR 20:00 - 21:00
	Danza Contemporanea	Francesca Pizzagalli	MAR 21:00 - 22:15	
			VEN 15:30 - 16:45	
	YogaDanza	Maria Incampo	MER 20:00 - 21:00	
	Danza Orientale	Sybille Paatzsch	GIO 11:00 - 12:00	
	SambaGym	Elvio Assuncao	GIO 20:15 - 21:00	
Danza Contemporanea Brasiliana	Elvio Assuncao	GIO 21:00 - 22:15		
Mimo Corporeo Drammatico	Agnese Mattanò	VEN 20:00 - 21:15		

BAMBINI E RAGAZZI

Baby E_A_S_Y Dance (da 0 a 1 anno con accompagnatore)	Laura Cossignani	LUN	14:30 - 15:30
Hip Hop Contemporaneo (6-10 anni)		MER	17:00 - 18:00
YogaDanza Bambini (6-10 anni)	Maria Incampo	MER	18:00 - 19:00
Espressione Corporea Bambini (3-6 anni)	Simona Nannetti	GIO	17:00 - 18:00
Espressione Corporea Bambini (6-9 anni)	Simona Nannetti	GIO	18:00 - 19:00
Danza Educativa Bambini	Susanna Accornero	VEN	17:00 - 18:00
Kung Fu Bambini (6-10 anni)	Andrea Corticelli	VEN	18:00 - 19:00
Teatro Danza Ragazzi	Simona Nannetti	LUN	19:00 - 20:00
Danza Contemporanea Ragazzi	Francesca Pizzagalli	VEN	15:30 - 16:45
Kung Fu Ragazzi (dagli 11 anni)	Andrea Corticelli	VEN	19:00 - 20:00

ATTIVITÀ PERIODICHE

Seminari e Stage	calendario programmazione dedicato
------------------	------------------------------------

DISCIPLINE CORPOREE

Pilates in Gravidanza	Valeria Scardigno	LUN	12:00 - 13:00
Pilates Matwork	Valeria Scardigno	LUN	13:15 - 14:15; 18:00 - 19:00
		MER	18:00 - 19:00
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	LUN	16:30 - 17:45
		MAR	17:30 - 18:45
		MER	9:15 - 10:30; 10:30 - 11:45
		GIO	15:30 - 16:45
		VEN	10:30 - 11:45
Alla Ricerca del Corpo Perduto	Alessio Capitani	MAR	9:00 - 10:00
		GIO	9:00 - 10:00
Ginnastica Ippressiva	Gemma Sacchetti	MAR	14:45 - 15:45
Allenamento Funzionale	Alice Murtas	MER	13:30 - 14:30
		GIO	19:00 - 20:00
Feldenkrais	Adriana Frabboni	MER	15:15 - 16:30
SambaGym	Elvio Assuncao	GIO	20:15 - 21:00
Tecniche Antistress	Elena Lenkova	VEN	11:45 - 12:45

CORPI LIBERI

	LUN	MAR	MER	GIO
11:00 - 12:00	Dinamica	---	---	Dolce
13:30 - 14:30	Dinamica	---	Dinamica	Dinamica
17:00 - 18:00	Dolce	---	Dolce	Dolce
18:00 - 19:00	Dinamica	---	---	---

GINNASTICA FINALIZZATA ALLO YOGA

Nataraja Yoga	Alberto Mazzanti	LUN	9:00 - 10:00
		MAR	13:30 - 14:30
		GIO	9:00 - 10:00
Odaka Yoga	Giada Corigliano	LUN	19:00 - 20:00
Hatha Yoga	Annamaria Pucci	MAR	19:00 - 20:00
Kundalini Yoga	Piera Raimondi	MER	19:15 - 20:30
		SAB	9:15 - 10:30
YogaDanza	Maria Incampo	MER	20:00 - 21:00