

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

LUNEDÌ

		costi	moduli
10.00-12.00	INGLESE COMUNICAZIONE con focus di inglese da viaggio e sul mondo del lavoro <i>a cura di Ludovica Caniparoli</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €120
10.30-12.00	"LA COLAZIONE DEL CORPO" GINNASTICA DOLCE <i>a cura di Marie-Thérèse Sitzia</i>		4mesi €90
16.30-18.00	MANDOLINO tecniche e sentimento di uno strumento antico e molto contemporaneo <i>a cura di Vincenzo Racioppi</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
16.30-18.00	FRANCESE BASE CONVERSAZIONE <i>a cura di Marie-Thérèse Sitzia</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
16.30-18.00	TEDESCO BASE <i>a cura di Claudia Moeller</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
16.30-18.00	IL MIO CANTO LIBERO tecniche, suoni, forme e sonorità del canto in un repertorio che attraversa le melodie più belle della storia della musica <i>a cura di Mariangela Baldoni</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

LUNEDÌ

		costi	moduli
16.30-18.00	<p>REPERTORIO ANTICO NAPOLETANO un viaggio che parte dall'approfondimento del repertorio del nostro territorio e che arriva a sonorità più lontane, esplorando ritmi e melodie dal mondo. aperto a chiunque abbia voglia di cantare e a tutti quelli che hanno il sogno di suonare in una piccola band</p> <p><i>a cura di</i> Mariangela Baldoni voce Vincenzo Racioppi mandolino, charango, chitarra, percussioni</p>		4mesi €160
17.30-19.30	<p>DOLCI E TECNICHE DECORATIVE delizie, creatività e colori stage con accompagnamenti musicali <i>a cura di Carolina Pergiani</i></p>		1mese €60
18.00-19.30	<p>TEDESCO INTERMEDIO <i>a cura di Claudia Moeller</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i></p>		4mesi €90
18.00-19.00	<p>YOGA INTEGRALE <i>a cura di Conchita Capuano</i></p>		4mesi €85
18.30-20.00	<p>SPAGNOLO BASE <i>a cura di Maria Mercedes Pereira</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i></p>		4mesi €90

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

LUNEDÌ

		costi	moduli
18.30-20.00	ARABO		4mesi €90
	<i>a cura di Isam Shamma</i>		
	<i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		
19.00-20.30	LET'S GROOVE!		4mesi €90
	intreccio tra diverse forme di danza contemporanea, gaga dance, teatro-danza, danza terapia		
	<i>a cura di Michela Palmieri</i>		
19.00-20.30	SHIATSU E MEDICINA TRADIZIONALE CINESE		4mesi €90
	<i>a cura di Massimo Elia</i>		
20.00-21.30	SPAGNOLO INTERMEDIO		4mesi €90
	<i>a cura di Maria Mercedes Pereira</i>		
	<i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

MARTEDÌ

		costi	moduli
10.30-12.30	SARTORIA E RICICLO CREATIVO eco-laboratorio pre-professionalizzante di ritagli e scampoli <i>a cura di Francesca Sannino</i>		2mesi €60
11.00-12.00	STEP AEROBICA <i>a cura di Valentina Valentino</i>		4mesi €85
16.00-17.00	PIANOFORTE BASE <i>a cura di Rosalba Quattrocchi</i>		4mesi €120
17.00-18.30	BIODANZA un laboratorio che lavora su energia, consapevolezza e relazioni affettive <i>a cura di Stefania Castiglioni</i>		4mesi €90
17.00-18.30	BIGIOTTERIA BASE <i>a cura di Rita Esposito</i>		4mesi €90
16.30-18.00	TECNICHE DI BATIK <i>a cura di Salam Tarinquetin</i>		2mesi €45
18.00-19.00	YOGA DELLA RISATA <i>a cura di Rodolfo Matto</i>		2mesi €40
18.30-20.00	CUCINA VEGANA E CRUDISTA ricette per deliziare il palato di alimentazione consapevole e equilibrata stage con accompagnamenti musicali <i>a cura di Romina Russo</i>		1mese €60

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

MARTEDÌ

		costi	moduli
18.30-20.00	ZUMBA		4mesi €90
	<i>a cura di Valentina Valentino</i>		
18.30-19.30	CHITARRA BASE PRINCIPIANTI		4mesi €85
	<i>a cura di Francesco Sansalone anche lezioni individuali o di coppia</i>		
19.00-20.00	CANTO POPOLARE DEL SUD DELL'ITALIA		4mesi €85
	<i>a cura di Massimo Ferrante anche lezioni individuali o di coppia</i>		
19.30-20.30	CHITARRA INTERMEDIO		4mesi €85
	<i>a cura di Francesco Sansalone anche lezioni individuali o di coppia</i>		
20.30-21.30	CHITARRA BLUES		4mesi €85
	<i>a cura di Francesco Sansalone anche lezioni individuali o di coppia</i>		

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

MERCOLEDÌ

		costi	moduli
10.00-11.30	SPAGNOLO BASE <i>a cura di Maria Mercedes Pereira</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
10.30-12.30	PARTNERING LE BASI DELLA DANZA CONTEMPORANEA per danzatori di tutti livelli: lavoro a pavimento (flow-work) e di conscenza del corpo, individuale e in coppia <i>a cura e con il Duo SenzaMemory</i>		4mesi €120
10.30-12.00	GINNASTICA DOLCE <i>a cura di Marie-Thérèse Sitzia</i>		4mesi €90
11.30-13.00	SPAGNOLO INTERMEDIO <i>a cura di Maria Mercedes Pereira</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
13.30-15.00	SPAGNOLO BASE <i>a cura di Maria Mercedes Pereira</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
16.30-17.30	TAIJIQUAN, QI GONG E TUI SHOU per la rigenerazione del sistema nervoso, endocrino e del metabolismo. della pressione, della sessualità e dell'equilibrio psicofisico <i>a cura di Romina Russo</i>		4mesi €85

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

MERCOLEDÌ

		costi	moduli
17.00-18.30	ALLENAMENTO metodologie di apprendimento basate sulle esperienze delle Neuroscienze tecniche di memoria, lettura veloce e mappe mentali <i>a cura di Centro Studi Nextra</i>		2mesi €45
17.30-18.30	RIO ABIERTO movimento con la musica per il riequilibrio energetico <i>a cura di Marina Martone e Antonella Albanese</i>		4mesi €85
17.30-19.30	INFORMATICA INTERNET CONSAPEVOLE <i>a cura di Maurizio Marvaso</i>		4mesi €130
18.00-20.00	BOTTEGA ARTISTICA disegno, pittura e scultura in terracotta <i>a cura di Maria Elena Stellato</i>		4mesi €120
18.00-19.00	DANZE POPOLARI viaggio tra ritualità, tradizioni e sonorità danzate attraverso Campania, Puglia, Grecia e Balcani <i>a cura di Teresa Pandolfi</i>		4mesi €85
18.00-20.00	BARMAN E PICCOLE ACROBAZIE stage con accompagnamenti musicali <i>a cura di Romina Russo</i>		1mese €60
18.30-20.30	YOGA <i>a cura di Mariarosaria Salvagno</i>		

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

MERCOLEDÌ

	costi	moduli
19.00-20.30	DANZA CONTEMPORANEA E COREOGRAFIA dalla formazione del corpo, con esercizi di base e yoga, alla danza, nella differenza tra improvvisazione e composizione <i>a cura di Marie-Thérèse Sitzia</i>	4mesi €90

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

GIOVEDÌ

		costi	moduli
10.30-12.00	UNCINETTO CREATIVO <i>a cura di Francesca Nostroso Operato</i>		4mesi €90
11.00-13.00	INFORMATICA divertirsi con il computer <i>a cura di Roberta Scorziello</i>		4mesi €130
15.00-17.00	STREET PHOTOGRAPHY <i>a cura di Cosimo Di Giacomo</i>		4mesi €130
16.00-17.00	BIGIOTTERIA modulo 8-12 anni <i>a cura di Rita Esposito</i>		4mesi €85
16.00-17.30	ITALIANO PER STRANIERI <i>a cura di Flavia Parente</i>		4mesi €90
17.30-19.00	BIGIOTTERIA modulo avanzato <i>a cura di Rita Esposito</i>		4mesi €90
17.45-18.45	RIO ABIERTO movimento con la musica per il riequilibrio energetico <i>a cura di Marina Martone e Antonella Albanese</i>		4mesi €85
18.00-19.00	MEDITAZIONE <i>a cura di Massimo Elia</i>		4mesi €85

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

GIOVEDÌ

		costi	moduli
18.30-20.30	LA CUCINA DELLA NOSTRA TRADIZIONE profumi e sapori della cucina classica napoletana stage con accompagnamenti musicali <i>a cura di Carolina Pergiani</i>		1 mese €60
18.30-20.30	3DSMAX dal 2D al 3D... per comprendere e lavorare con la terza dimensione <i>a cura di Cosimo Di Giacomo</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4 mesi €130
19.00-20.00	MASSAGGIO THAILANDESE aiuta a rimuovere i blocchi energetici: blocchi articolari, tensioni muscolari... rilassamento profondo <i>a cura di Romina Russo</i>		4 mesi €85
19.00-20.30	TEATRO CLASSICO E DEL TERRITORIO must e improvvisazioni <i>a cura di Roberto Errigo</i>		4 mesi €90
19.00-20.30	SCACCHI un percorso di concentrazione e strategie <i>a cura di Franco Sansalone</i> <i>anche lezioni di coppia</i>		4 mesi €90
19.00-21.00	DANZA E FORME DI ESPRESSIONE IN MOVIMENTO, INTRECCI E CONTAMINAZIONI danza contemporanea, acrobatica, teatro, contact, hip hop, improvvisazioni <i>a cura di Collettivo DiaPolis</i> <i>cinque ballerini_cinque diverse esperienze</i>		4 mesi €120

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

VENERDI

		costi	moduli
10.00-11.00	DANZA PER MAMME incontri di danza-movimento un lavoro sui gesti quotidiani delle mamme <i>a cura di Michela Palmieri</i>		2mesi €40
17.00-18.00	<i>dalla farmacologia antica</i> BELLEZZA E SALUTE autoproduzione di oli, creme, unguenti, pomate... <i>a cura di Italia Pergiani</i>		2mesi €40
17.00-19.00	REPORTAGE EMOTIVI laboratorio sentimentale di fotografia <i>a cura di Egidio Massa</i>		4mesi €130
17.00-18.30	INGLESE BASE <i>a cura di Patrizia Bini (madrelingua)</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90
17.00-18.30	RICAMO, UNCINETTO E PITTURA SU STOFFA tovagliati, centri, bordature <i>a cura di Carolina Pergiani</i>		4mesi €90
17.30-18.30	FLAMENCO <i>a cura di Mirta Rempicci</i>		4mesi €85
18.30-20.00	INGLESE INTERMEDIO <i>a cura di Patrizia Bini (madrelingua)</i> <i>anche lezioni individuali o di coppia</i>		4mesi €90

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

VENERDI

		costi	moduli
18.00-19.30	<p>SELF MAKE UP tecniche per la valorizzazione delle caratteristiche morfologiche, espressive e dell'anima <i>a cura di Marcella Illiano</i></p>		2mesi €45
18.00-19.30	<p>LIFE COACH tecniche per ridisegnare, sviluppare e raggiungere, in maniera creativa, obiettivi personali e professionali <i>a cura di Massimiliano Illiano</i></p>		2mesi €45
18.30-19.30	<p>LAB DI TEATRO DI MOVIMENTO E DI ESPRESSIONE come spazio del tempo e della conoscenza, del nutrimento e della fragilità. come luogo della cura e dell'allenamento che forma l'attore autentico <i>a cura di Annalisa Arbolino</i></p>		4mesi €85

CALENDARIO LABORATORI COLLETTIVI

SABATO

		costi	moduli
10.30-11.30	CONVERSATION		4mesi €90
	<i>a cura di Patrizia Bini (madrelingua) anche lezioni individuali o di coppia</i>		
11.30-13.00	FIORI DI BACH		4mesi €45
	<i>a cura di Patrizia Bini</i>		
10.00-11.30	LINGUA RUSSA		4mesi €90
	<i>a cura di Lia Gusein-Zade (madrelingua) anche lezioni individuali o di coppia</i>		
11.30-13.30	LABORATORIO CULINARIO DI LINGUA RUSSA imparare la lingua cucinando e gustando i piatti tipici stage con accompagnamenti musicali <i>a cura di Lia Gusein-Zade (madrelingua)</i>		1mese €60