



**UNIVERSITA' DELLE TRE ETA'**  
**A.P.S. - E.T.S.**  
**DI SETTIMO TORINESE**



**ANNO ACCADEMICO  
2025 - 2026**

**Via Buonarroti, 8/c - 10036 Settimo Torinese (TO)**

**Tel. 011.800.43.23 - Cell. 376.116.16.09**

**E-mail: [uni3settimoto@libero.it](mailto:uni3settimoto@libero.it)**

**[www.unitresettimoto.it](http://www.unitresettimoto.it)**

## **Cos'è l'UNITRE**

È un'associazione di promozione sociale e culturale senza fini di lucro basata sul volontariato.  
È l'impiego proficuo ed intelligente del nostro tempo libero.  
È l'occasione da cogliere al volo per approfondire le nostre conoscenze e scoprire nuovi saperi.  
È l'interscambio dei "saperi".  
È l'opportunità per ricevere e fare accoglienza all'altro e rinsaldare un patto sociale di mutuo aiuto.  
È l'alternativa alla solitudine e la prevenzione alla depressione.

## **Quali sono le finalità dell'UNITRE**

Le finalità della Sede locale di seguito definita "Aggregazione Territoriale dell'Unitre Nazionale" sono quelle previste dall'art. 3 dello Statuto Nazionale e più precisamente:

- 1) educare
- 2) formare
- 3) informare
- 4) fare prevenzione nell'ottica di un'educazione permanente, ricorrente e rinnovata e di un invecchiamento attivo
- 5) promuovere la ricerca
- 6) aprirsi al sociale e al territorio
- 7) operare un confronto ed una sintesi tra le culture delle precedenti generazioni e quella attuale al fine di realizzare una "Accademia di Umanità" che evidenzi "l'Essere oltre che il Sapere"
- 8) contribuire alla promozione culturale e sociale degli Associati mediante l'attivazione di incontri, corsi e laboratori su argomenti specifici e la realizzazione di altre attività affini predisponendo ed attuando iniziative concrete
- 9) promuovere, attuare e sostenere studi, ricerche ed altre iniziative culturali e sociali per realizzare un aggiornamento permanente e ricorrente degli Associati e per il confronto fra le culture diverse.

## **Com'è organizzata l'UNITRE**

L'attività dell'UNITRE si sviluppa - a modello della Universitas medievale a cui si ispira, con inizio nel mese di ottobre e termina nel mese di maggio dell'anno successivo.

La scelta del programma annuale è a cura della Direzione dei Corsi, con approvazione del Consiglio Direttivo.

L'attività laboratoristica e corsistica è quotidiana dal lunedì al venerdì negli orari previsti dal programma.

Alla struttura direzionale si affianca la struttura operativa denominata "Accademia di Umanità" che comprende tutte le attività sociali, ricreative e assistenziali che integrano la parte didattica della sede locale.

Le attività organizzative funzionali allo svolgimento dell'anno accademico si identificano in:

- 1) supporto gratuito all'attività di segreteria
- 2) assistenza alla docenza ed ai laboratori
- 3) organizzazione di attività esterne ed aperte al sociale

La sede ufficiale dell'UNITRE di Settimo Torinese è in via Buonarroti 8/C ma è possibile l'estemporaneo utilizzo anche di altri locali più consoni alle caratteristiche del corso.

## **Come si accede all'UNITRE**

Mediante la richiesta di adesione all'Associazione Nazionale. Le domande di adesione si ricevono online previa registrazione sul sito [www.unitresettimot.it](http://www.unitresettimot.it) oppure presso la sede in via Buonarroti 8/C dal mese di settembre secondo la programmazione annuale.

La quota associativa annua: si intende l'elargizione in denaro a fondo perduto, che il Socio dona all'Associazione per permettere l'attivazione di progetti, corsi e attività varie in programma nell'anno accademico e come da art. 2 del Regolamento della Sede:

- 1) la quota annuale di associazione non è una quota di iscrizione ai corsi gestiti dall'UNITRE, ma rappresenta la quota di adesione all'Associazione della Sede locale
- 2) essa non è mai trasmissibile e non è rimborsabile in caso di recesso dell'Associato
- 3) per alcuni corsi può essere richiesto, a giudizio del Direttivo, un contributo per concorso nelle spese
- 4) a giudizio insindacabile del docente e per ragioni tecniche, organizzative e di sicurezza, è possibile che vi sia un numero programmato di presenze.



**UNITRE**  
UNIVERSITÀ  
DELLE TRE ETÀ  
A.P.S. - E.T.S.  
**SEDE DI SETTIMO TORINESE**

**ANNO ACCADEMICO  
2025 - 2026**



CON IL PATROCINIO DEL  
COMUNE DI SETTIMO TORINESE

## Buon Anno Accademico dalla Presidente UNI3



*Stare insieme per vivere nuove esperienze e per appagare quella curiosità e quella voglia di apprendere che non dovrebbero mai affievolirsi, neanche con il trascorrere degli anni.*

*Il mio augurio più sincero è che possiate trovare, all'Unitre, una grande e accogliente famiglia dove condividere tante belle emozioni...quelle che ci permettono di continuare a sorridere alla vita*

*Buon Anno Accademico 2025/2026 a tutti*

*Emanuela Ferrero*

*Presidente Unitre Settimo Torinese*



## Messaggio del Presidente Nazionale



*Con un sentimento di amicizia vera che mi lega alla vostra Presidente Emanuela Ferrero, invio un saluto agli Associati per il nuovo Anno Accademico, come sempre ricco di proposte che denotano notevoli capacità di gestione. Un impegno gravoso per la Presidenza e per il Direttivo con l'accordo fattivo dell'Amministrazione Comunale che in questi primi 40 anni ha sempre supportato l'Associazione.*

*Spero di poter essere presente alla vostra Cerimonia di Apertura, non per mera presenza formale ma perché a Settimo ho sempre, in questi anni, incontrato amici veri.*

*Buon Anno Accademico*

*Piercarlo Rovera*

*Presidente Nazionale Unitre*

## Gli auguri della Sindaca



L'inizio di un nuovo anno accademico dell'Unitre segna come di consueto il rilancio di una delle proposte più interessanti della nostra città dal punto di vista culturale, sociale e aggregativo.

L'Unitre è una realtà ormai imprescindibile per Settimo Torinese e rappresenta qualcosa di più di un'associazione culturale. È partecipazione attiva, un luogo dove l'apprendimento non ha età e dove la conoscenza si intreccia con le relazioni e il senso di comunità.

I corsi proposti, anche quest'anno, si distinguono per la qualità, la varietà e l'attenzione a quanto ricercato dai cittadini. Che si tratti di storia, arte, lingue, scienze o laboratori creativi, ogni attività è pensata per arricchire il patrimonio personale di ciascun partecipante, offrendo al tempo stesso un contributo prezioso alla vitalità culturale di Settimo.

Come Amministrazione, siamo grati al Direttivo, ai docenti e a tutti i volontari che rendono possibile questo progetto. Il loro impegno è un esempio concreto di cittadinanza attiva, capace di generare valore e bellezza per l'intera comunità e il Comune è fiero di supportare queste attività.

A nome della cittadinanza, auguro a tutte e tutti un anno ricco di stimoli, di scoperte e di condivisione.

*Elena Piastra  
Sindaca di Settimo Torinese*

# DIRETTIVO UNITRE DI SETTIMO TORINESE

## Presidente

Emanuela Ferrero

## Vice Presidente

Mauro Mignani

## Segretarie

Lina Costa

Laura Pedemonte

## Direttrici dei Corsi

Edi Guasco

Nadia Carpi

## Tesorieri

Italia Eliana Mosena

Dario Ardizzone

## Consigliera

Lucia Dell'Utri

## Tecnici Informatici ed Assistenti

Luigi Blandano

Gino Da Rold

Fabrizio Grigolo

Fernando Pellegrini

Nadia Peruzzo

Maria Zannin

Bruno Musetti

seguiteci sul sito: [www.unitresettimoto.it](http://www.unitresettimoto.it)

e su  UNITRE SETTIMO TORINESE

# **ANNO ACCADEMICO 2025 - 2026**

**ADESIONI ONLINE:**

**A partire da lunedì 15 Settembre 2025  
dalle ore 15,00 sul sito [www.unitresesttimoto.it](http://www.unitresesttimoto.it)  
previa registrazione**

**ADESIONI IN SEDE:**

**lunedì 15 e martedì 16 Settembre 2025  
dalle ore 15,00 alle ore 18,00**

**da mercoledì 17 Settembre 2025 a proseguire  
dalle ore 09,00 alle ore 12,00**

**Ad attività avviata le adesioni saranno accolte  
nella mezz'ora precedente l'inizio dei corsi.**

**INIZIO ATTIVITÀ:  
Lunedì 6 Ottobre 2025**

**Le attività si svolgeranno in sede:**

**MATTINO - dalle ore 9,00 alle ore 12,00**

**POMERIGGIO - dalle ore 15,15 alle ore 17,15**

**PRESERALE - dalle ore 17,30 alle ore 20,00**

**Eventuali variazioni al programma saranno comunicate in bacheca,  
tramite e-mail, sul sito Unitre e/o con un messaggio whatsapp.**

**Soprattutto per i corsi teorici si raccomanda la puntualità al fine di  
non arrecare disturbo a docenza avviata**

**EVENTI IN PROGRAMMA  
ANNO ACCADEMICO 2025-2026**

(per gli eventi a numero chiuso contrassegnati con asterisco verrà inviata, a tempo debito, una mail con la locandina e con le delucidazioni utili per la prenotazione. Si raccomanda altresì di controllare sempre sia la Bacheca della Sede che la Bacheca Facebook).

Sabato 27 settembre 2025 h 15.30

**CERIMONIA SOLENNE DI APERTURA**

presso Sala Consiliare del Comune di Settimo Torinese

Domenica 12 ottobre 2025 h 12.30\*

**Ristorante LA LENZA di Volpiano**

Via Regione Cravero 30

festeggiamo "**I NOSTRI PRIMI 40 ANNI**"

Pranzo in onore del 40° anniversario di attività della nostra Associazione

Martedì' 21 ottobre 2025 h 16.30

**"COMPORTAMENTI E RISCHI DERIVANTI DALL'USO IMPROPRI DEL WEB: adolescenti ed adulti"** una tematica importante che coinvolgerà, oltre alla cittadinanza, anche i docenti e i genitori di quattro Istituti Comprensivi di Settimo Torinese

Ospiti d'eccezione:

- la Senatrice **Elena Ferrara**
- **Sonia Mazzetto** - educatrice ASL TO4
- **Pasquale La Colla** - psicologo Fondazione ECM
- **Iris Gioielli** Nucleo Prossimità Polizia Municipale di Torino

Domenica 9 novembre 2025 h 15.30\*

**Pomeriggio Cinema** c/o Sala Unitre

Domenica 23 novembre 2025 h 15.30\*

In occasione della Giornata Internazionale contro la violenza sulle Donne "**UN CAFFE' CON ALDA MERINI: l'inizio della storia**"

Spettacolo Teatrale c/o Teatro Garybaldi a cura della compagnia CINECLUB ANNA MAGNANI APS di Roma

Martedì' 25 novembre 2025 h 16.00

in occasione della Giornata Internazionale contro la Violenza sulle Donne c/o Salone Unitre "**VIOLENZA DI GENERE: A CHE**

**PUNTO SIAMO?**" Conferenza a cura della Criminologa d.ssa **Sara Leone**, del Luogotenente dei C.C. di Settimo T.se dott. **Ivan Pira** e del Comandante della Polizia Municipale di Settimo T.se dott. **Renato Pontoriero**

Venerdì 19 dicembre 2025 h 15.30\*

**TOMBOLATA NATALIZIA**

In occasione del S.S. Natale scambiamoci gli auguri con il Concerto del **CORO GOSPEL UNITRE**, BRINDISI e PANETTONE PER TUTTI presso Salone Unitre

Domenica 11 gennaio 2026 h 15.30\*

**Pomeriggio cinema** c/o Sala Unitre

Domenica 25 gennaio 2026 h 15.30\*

In occasione della Giornata della Memoria, Spettacolo Teatrale a cura della compagnia **TEATROVILLAGGIO INDIPENDENTE "IL COMANDANTE"** c/o Salone Unitre

Domenica 15 febbraio 2026 h 15.30\*

**Pomeriggio Cinema** c/o Sala Unitre

Sabato 21 febbraio 2026 h 15.30

In occasione della chiusura delle Olimpiadi Invernali conferenza e proiezione del film "**LO SPORT DI VIVERE**" c/o Sala Consiliare. Ospite d'eccezione il Giornalista e Telecronista sportivo dott.

**Carlo Nesti**

Sabato 28 febbraio 2026 h 20.30\*

**"FESTA DI CARNEVALE"** con bugie, giochi e stelle filanti serata musicale in maschera c/o Sede Unitre

Sabato 7 marzo ore 2026 h 16.00

**EVENTO IN FASE DI DEFINIZIONE**  
**In occasione della Giornata Internazionale della Donna**

Domenica 15 marzo 2026 h 15.30\*

**Pomeriggio cinema** c/o Sede a conclusione della settimana Unitre nello Spazio

Venerdì 5 giugno 2026 h 15.30

Esposizione manufatti, saggi di chiusura e aperitivo di Buone Vacanze c/o Sede Unitre

Sabato 6 giugno 2026 ore 15.30

**CERIMONIA SOLENNE DI CHIUSURA** c/o Sala Consiliare del Comune di Settimo Torinese

Domenica 7 giugno 2026 ore 15.30 \*

**Spettacolo teatrale GRUPPO TEATRO UNITRE**  
Saggio di fine Anno Accademico

## **USCITE DIDATTICHE ANNO ACCADEMICO 2025-2025**

*Le uscite didattiche si svolgeranno solo al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti. L'inizio delle prenotazioni sarà comunicato dalla Segreteria tramite mail e con locandina esposta sia nella bacheca della Sede che in quella di Facebook.*

Lunedì 13 Ottobre 2025 h. 9.00

**THALES ALENIA** visita guidata accompagnati dall'Ing.

**Bruno Musetti** (a conclusione delle prenotazioni dell'Anno Accademico precedente)

Giovedì 30 ottobre 2025 h. 9.00

Visita **stabilimento di VALENTINO PRET À PORTER** - Settimo Torinese

Sabato 8 novembre 2025

**PAVIA** - Tour del centro storico con i suoi meravigliosi monumenti e visita alla Certosa

Sabato 15 novembre 2025 h. 9.00

**"TURISTI PER CASA"** tour etnico gastronomico accompagnati dallo **CHEF KUMALE** per degustare prodotti tipici etnici nei locali di Porta Palazzo - possibilità di abbinare un pranzo in un ristorante etnico selezionato

Sabato 13 dicembre 2025

**ARCO (TN)** - Mercatini di Natale

Mercoledì 11 marzo 2026

**THALES ALENIA** visita guidata accompagnata dall'Ing. **Bruno Musetti**

Sabato 21 marzo 2026

**CASTELL'ARQUATO - FONTANELLATO (PC)** sulle tracce del Medioevo accompagnati dal prof. **Ezio Gallo**

Sabato 18 aprile 2026

**TOIRANO - LOANO (SV)** visita guidata alle famose grotte e tour nei dintorni

Sabato 16 maggio 2026

**LECCO - ORRIDO DI BELLANO**  
Lago di Como - alla scoperta di suggestivi paesaggi naturali

**CURA DI NOI STESSI**  
**Spazi dedicati alla Prevenzione**  
**a partire da Gennaio 2026 con date da definirsi**

**SCREENING GRATUITO E ANONIMO SULLE DEMENZE SENILI**

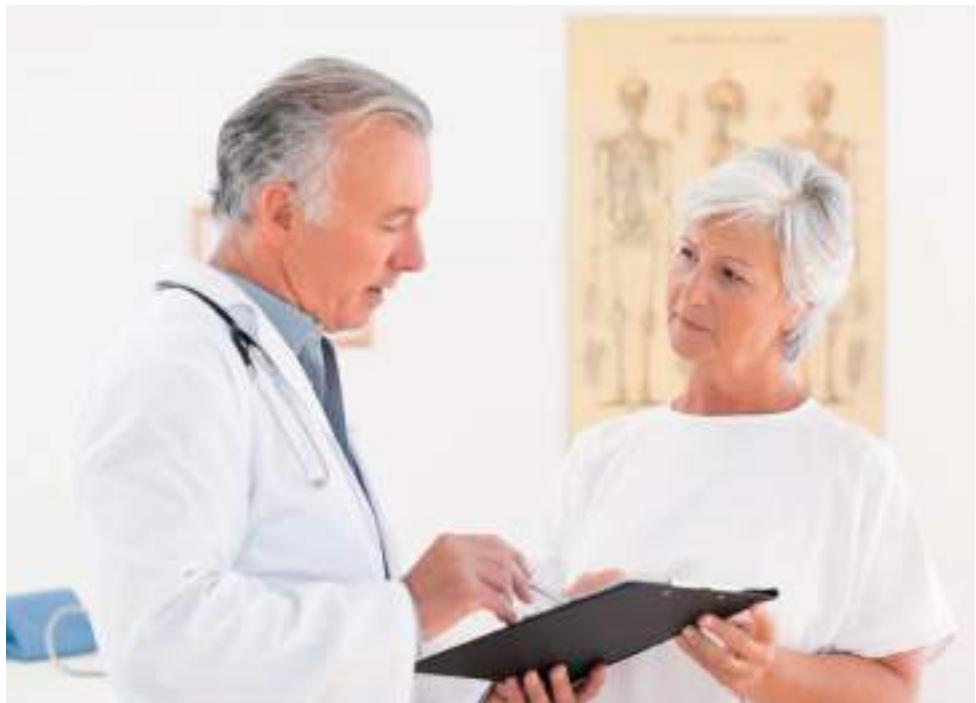
L'Associazione Psicopoint offrirà una consulenza psicologica **gratuita e anonima** di screening di primo livello sulle demenze senili.

Verrà proposto agli Associati un **colloquio privato individuale** presso la Sede Unitre, con somministrazione testistica e con successiva restituzione di quanto emerso. L'ottica è quella della diffusione delle buone pratiche al fine di una diagnosi precoce.

Alla prima seduta di screening seguirà un secondo incontro, sempre **privato, individuale** e sempre presso la Sede Unitre durante il quale verrà consegnato il referto.

Gli Associati interessati allo screening potranno rivolgersi in Segreteria UNITRE per la prenotazione.

Verranno stabiliti in seguito e saranno comunicati i giorni in cui sarà possibile effettuare lo screening.



## CORSI E CONFERENZE ANNO ACCADEMICO 2025 / 2026

**ATTENZIONE: PER I CORSI A NUMERO CHIUSO, SUPERATE LE 3 ASSENZE CONSECUTIVE SENZA GIUSTIFICATO MOTIVO, SI PERDERÀ IL DIRITTO ALLA PARTECIPAZIONE AL CORSO.**

### ALLA SCOPERTA DI S. AGOSTINO

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
Contributo **0,00** Docente **PARENTI UGO**

Attraverso la lettura e l'analisi fatta insieme dell'opera LE CONFESIONI di S. Agostino, (usando anche video e sguardi psicosintetici) andremo alla scoperta della vita di uno dei Santi più intriganti e affascinanti della storia della Chiesa.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	10-24		12-26	9-23	2			

### ASTROLOGIA

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
Contributo **0,00** Docente **D'ANGELO GIANFRANCO**

Il seminario composto di 4 incontri verte sugli argomenti di seguito elencati:  
1. Introduzione all'astrologia; 2. Storia e mappe astrologiche; 3. Il futuro non è un mistero.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
				4-18	4-18			

### AUTODIFESA FEMMINILE

Giorno **MARTEDÌ** Ora **10:00-11:30** Posti disponibili **30**  
Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
Contributo **20,00** Docente **SCIALPI DAVIDE**

Il corso di 6 incontri si basa sulla disciplina di KUNG FU vietnamita. Ogni lezione sarà così strutturata: prima fase di riscaldamento con ginnastica dolce, seconda fase dedicata all'apprendimento e pratica di tecniche per potersi liberare dalla presa dell'aggressore ed una terza fase dedicata alla preparazione psicologica.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-21-28	4-11							

### BACHATA AVANZATA IN RUEDA

Giorno **MARTEDÌ** Ora **09:30-10:30** Posti disponibili **20**  
Sede **SEDE** Aula **AULA 4** **10 coppie**

Contributo **10,00**Docente **RALLO PASQUALE**

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
7-14-21-28	4-11-18-25	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

**BACHATA PRINCIPIANTI**

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:30-17:30** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 4** **15** coppie  
 Contributo **10,00** Docente **BOSSI GIANPIERO**

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

**BALLI DI GRUPPO 1° LIVELLO**

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **15:30-16:15** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **10,00** Docenti **LA TORRE CARMELA, DEBERNARDI FULVIA**  
 Attività di ballo di gruppo e coreografico, con supporto di brani musicali appositamente selezionati e divulgati tramite apparecchiatura idonea.  
 Collaboratore per la scelta delle musiche: dj Cappiello Salvatore

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

**BALLI DI GRUPPO 2° LIVELLO**

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **16:30-17:15** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **10,00** Docenti **LA TORRE CARMELA, DEBERNARDI FULVIA**  
 Attività di ballo di gruppo e coreografico, con supporto di brani musicali appositamente selezionati e divulgati tramite apparecchiatura idonea.  
 Collaboratore per la scelta delle musiche: dj Cappiello Salvatore.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

**BALLI DI SALA**

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **15:30-17:00** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE** **15** coppie.  
 Contributo **10,00** Docente **CACCIATORE PIETRO**  
 Corso di Ballo da Sala (valzer lento, tango, fox trot), Liscio tradizionale (valzer, mazurka, polka).

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	

### **BIGIOTTERIA - AVANZATO**

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>09:00-11:00</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 3</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>BAUDINO GRAZIELLA</b>	

Apprendimento e approfondimento di tecniche per sviluppare la creatività e realizzare semplici bijoux utilizzando materiali diversi.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
16-30	13-27	11	15-29	12-26	12-26	16-30	14-28	

### **BIGIOTTERIA - BASE**

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>09:00-11:00</b>	Posti disponibili <b>15</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docenti	<b>BERSELLI ELENA MARIA, CARLINI DAMIANA</b>	

Apprendimento di tecniche di base per sviluppare la creatività e realizzare semplici bijoux utilizzando materiali diversi. Il corso sarà suddiviso in base alle competenze dei corsisti in un livello basico ed un livello intermedio coadiuvato da due codocenti.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
9-23	6-20	4-18	8-22	5-19	5-19	9-23	7-21	4

### **BIGIOTTERIA - INTERMEDIO**

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>09:00-11:00</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 3</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>BAUDINO GRAZIELLA</b>	

Apprendimento di tecniche di base per sviluppare la creatività e realizzare semplici bijoux utilizzando materiali diversi.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
9-23	6-20	4-18	8-22	5-19	5-19	9-23	7-21	4

### **BIODANZA**

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>09:30-11:30</b>	Posti disponibili <b>30</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>SALONE SUPERIORE</b>	
Contributo	<b>10,00</b>	Docente	<b>RICUPERO TERESA</b>	

"Che cosa accadrebbe se invece di limitarci a costruire la nostra esistenza avessimo la follia o la saggezza di danzarla" (Roger Garaudy). La Biodanza è una sistema esperienziale che combina musica, movimento ed esercizi individuali, a coppie ed in gruppo. **N.B.** Sono indispensabili calze antiscivolo ed abbigliamento consono. Per saperne di più consultare il sito [www.biodanzaitalia.it](http://www.biodanzaitalia.it).

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
			8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	4

### BOCCE

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **14:00-18:00** Posti disponibili **50**  
 Sede **BOCCIOFILA RICHIARDI**  
 Contributo **0,00** Docenti **VOLPATO LOREDANA, BONIFAZIO ROCCO**

**N.B.** Sono necessarie le bocce personali ed abbigliamento adeguato. Occorre l'iscrizione alla bocciofila d'appoggio ed un contributo spese di 2 € nel periodo invernale e di 1 € in quello estivo da versare solo nei giorni di partecipazione al corso.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	4

### BURRACO

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:00-17:00** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **0,00** Docente **SANTOLIN SANTINA**  
 "Manutenzione del cervello con il gioco del Burraco".

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **09:30-11:00** Posti disponibili **40**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **10,00** Docente **SUMAN PATRIZIA**

Corso base di scrittura a mano. Il ritorno della bella scrittura nell'era digitale rappresenta una tecnica di rilassamento, di benessere psicofisico e risorsa personale perchè la calligrafia è una forma d'arte ricercata e ammirata e la si può praticare ovunque. Materiali occorrenti: 1 cannuccia, 2 pennini Spedball C2 e C4, blocco schizza e strappa A4. Il costo del materiale ammonterà a circa € 9,00/10,00.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-30	13-27	11	15-29	12-26	12-26	16-30		

### COMPUTER LUNEDÌ

Giorno **LUNEDÌ** Ora **09:30-11:30** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **10,00** Docente **VERONESI RENZO**

UN AMICO DIGITALE: il computer - 25 incontri - Come è fatto un computer - Gli strumenti del sistema operativo Windows - Il computer come strumento casalingo di calcolo e scrittura - Il mondo che ci circonda: Internet come risorsa.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27		

### COMPUTER MERCOLEDÌ

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **09:30-11:30** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **10,00** Docente **VERONESI RENZO**

UN AMICO DIGITALE: il computer - 28 incontri

Stesso programma del corso del lunedì.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29		

### CONFERENZA

#### CONDOMINIO: vivere in armonia, controversie ed altro

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **ZANNELLA FABIO**

Due incontri per parlare di problematiche condominiali.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
			30	6				

### CORO: THE POWER OF GOSPEL

Giorno **MARTEDÌ** Ora **18:00-19:30** Posti disponibili **50**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 4**  
 Contributo **0,00** Docente **FRANCO GIANLUCA**

"Il Gospel: Come nasce, il perchè, l'evoluzione, i protagonisti e ... NOI!"

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### CreAttivaMente

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:30-17:30** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **0,00** Docente **AVANZATO LAURA**

In questo corso tante idee per dare sfogo alla creatività in compagnia con l'utilizzo di materiali diversi come feltro, panno lenci, gomma crepla, nastri e passamanerie, cartoncino, legno, vetro, metallo, gesso...

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### DECOUPAGE

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:00-17:00** Posti disponibili **15**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **0,00** Docente **FONTANELLA PRISCILLA**

È una tecnica decorativa che permette di abbellire qualsiasi oggetto con grande facilità. Scegliete e tagliate la carta, colorate, incollate, vi divertirete e i risultati vi stupiranno.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

### DISEGNO ARTISTICO

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **15:00-17:00** Posti disponibili **15**

Sede **SEDE** Aula **AULA 3**

Contributo **0,00** Docente **PISCITELLI CARMINE**

CORSO TEORICO / PRATICO DELLE TECNICHE DEL DISEGNO ARTISTICO.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	

### CONFERENZA

#### DIVERSAMENTE MUSICA: ASCOLTO E NON SOLO, MOZART, MUSICISTI RUSSI

Giorno **VENERDÌ** Ora **16:00-17:30** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 4**

Contributo **0,00** Docente **ALLEGRETTI MASSIMO**

Tre incontri con l'esperto di musica classica Massimo Allegretti moderati da Ezio Bianchini dal titolo: "Diversamente Musica" (30 gennaio '26), "Mozart ascolto e non solo" (16 aprile '26), "Musicisti russi ascolto e non solo" (22 maggio '26).

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
			30			16	22	

### EDUCAZIONE CIVICA: alla scoperta della "cittadinanza digitale"

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **CASTELLUCCIO ROSANNA**

Percorso di 3 incontri dedicato alla conoscenza degli aspetti socio-culturali del digitale.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
				13-27	13			

### ENIGMISTICA, CHE PASSIONE!

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **ZANDA MARINELLA**

Alcune chiacchierate informali sul magico mondo dell'enigmistica: 1)

Breve storia dell'enigmistica, enigmistica classica e popolare, curiosità sulla Settimana Enigmistica; 2) Le parole crociate: facili, difficili e quasi impossibili; 3) I giochi in versi e i rebus.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
					31	14-28	5	

### FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **09:30-11:30** Posti disponibili **42**

Sede **SEDE** Aula **AULA 3**

Contributo **0,00** Docenti **BALOCCO BIANCA, DELL'UTRI LUCIA**

Il lavoro a maglia è diventato oggigiorno uno strumento per apportare benefici psico-fisici. Lo scopo è quello di creare un gruppo di lavoro coeso, dove s'impara la tecnica, dove ci sono scambi di idee ma soprattutto, grazie alla gratificazione nel vedere raggiunto l'obiettivo nel creare un capo "prezioso", si acquisisce una forma di gratificazione che produce benessere.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### FILOSOFIA

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **TAMPONI GIAN GIACOMO**

Storia della filosofia dai naturalisti greci fino a... con continui raffronti coi pensatori contemporanei.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7	4-18	2-16	13-27	10-24	10-24	7-21		

### FINANZA E INVESTIMENTI PER PRINCIPIANTI

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **VERNEI MATTEO**

Il corso si articola in 4 incontri, così definiti: 1) Le azioni e le obbligazioni, come investire in autonomia; 2) I certificates e la fiscalità degli investimenti; 3) Polizze e fondi pensione; 4) Le successioni. Normativa, strategia e fiscalità.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
14-28	11	9						

### FRANCESE 1° LIVELLO

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **17:30-18:30** Posti disponibili **20**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **DI SOMMA CELESTE**

Durante il corso si acquisiscono le basi per comunicare in situazioni semplici e quotidiane nonché le basi grammaticali della lingua per poter comprendere e usare frasi ed espressioni relative ad informazioni personali, familiari e di lavoro. Tutti i documenti vengono forniti dalla docente attraverso dei file inviati sul gruppo di WhatsApp.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	

### FRANCESE 2° LIVELLO

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **17:15-18:00** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **GUALENI LAURA**

Il corso si propone di fornire strutture e lessico di livello B1/B2. In particolare, i corsisti saranno in grado di leggere, capire ed utilizzare espressioni sia quotidiane, sia di testi e letture per comprendere maggiormente la vita e la cultura francese. Grazie all'approfondimento di strutture grammaticali e lessicali tipiche della lingua potranno gestire conversazioni in piena autonomia. Tutti i documenti vengono forniti dalla docente attraverso dei file inviati sul gruppo di WhatsApp.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### GINNASTICA DOLCE 1° TURNO

Giorno **VENERDÌ** Ora **09:00-09:55** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **25,00** Docente **SASSO EDOARDO**

Il corso di ginnastica dolce prevede esercizi graduati, che agiscono in maniera mirata su alcuni muscoli; si allenerà il corpo senza creare stress in maniera eccessiva e si eseguiranno allungamenti, distensioni, stretching e addominali di vario genere, nonché movimenti focalizzati sulla distensione della colonna vertebrale e dei muscoli del collo.

**N.B.** Per i tre turni di GINNASTICA DOLCE Sono indispensabili tappetino, calze antiscivolo e abbigliamento consono.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
17-24-31	7-14-21-28	5-12-19	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### GINNASTICA DOLCE 2° TURNO

Giorno **VENERDÌ** Ora **10:00-10:55** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **25,00** Docente **SASSO EDOARDO**

Si eseguiranno gli stessi esercizi previsti per il primo turno.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
17-24-31	7-14-21-28	5-12-19	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### GINNASTICA DOLCE 3° TURNO

Giorno **VENERDÌ** Ora **11:00-11:55** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **25,00** Docente **SASSO EDOARDO**

Si eseguiranno gli stessi esercizi previsti per il primo turno.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
17-24-31	7-14-21-28	5-12-19	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### GINNASTICA FUNZIONALE LUNEDÌ

Giorno **LUNEDÌ** Ora **10:15-11:15** Posti disponibili **25**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE INFERIORE**  
 Contributo **30,00** Docente **SANTORIELLO ROSALIA**

"Feel functional". Il termine Functional inteso non come funzionale, ma come Far Funzionare. Disciplina dinamica, divertente ed energizzante.

**N.B.** Sono indispensabili tappetino, calze antiscivolo e abbigliamento consono.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

### GINNASTICA FUNZIONALE MERCOLEDÌ

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **10:15-11:15** Posti disponibili **25**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **30,00** Docente **SANTORIELLO ROSALIA**

Si svolgerà lo stesso programma previsto per il corso del lunedì.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### GINNASTICA FUNZIONALE VENERDÌ

Giorno **VENERDÌ** Ora **10:15-11:15** Posti disponibili **25**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE INFERIORE**  
 Contributo **30,00** Docente **SANTORIELLO ROSALIA**

Si svolgerà lo stesso programma previsto per il corso del lunedì.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
10-17-24-31	7-14-21-28	5-12	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### GRAZIA DELEDDA, ALDA MERINI, DACIA MARAINI: tre esempi di scrittura al femminile

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **VITALE GIUSEPPINA**

Il corso sarà dedicato a tre figure femminili della letteratura italiana, tre esempi di scrittura al femminile: Grazia Deledda, Alda Merini e Dacia Maraini. Esso desidera mostrare degli esempi di scrittrici del Novecento per

far capire il differente percorso che queste donne hanno compiuto rispetto agli scrittori uomini e per sottolineare la loro specifica sensibilità verso la vita con le sue molteplici tematiche. Il corso potrà concludersi con un'uscita didattica in un luogo che si lega all'argomento generale trattato.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
				25	11-25	8-22	6	

### GRUPPO DI CAMMINO

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **10:15-11:30** Posti disponibili **25**  
 Sede **SEDE ESTERNA**  
 Contributo **0,00** Docenti **D'ADDAMIO MANUELA, MIGNANI MAURO**  
 Camminate all'aperto nei parchi settimesi con i nostri 2 walking trainer. Il ritrovo del gruppo è all'ingresso del Parco Pertini (via Fosse Ardeatine) e di volta in volta si stabiliranno la meta ed il percorso.  
**N.B.** È consigliato un'abbigliamento comodo e scarpe adatte all'attività.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	4

### CONFERENZA

#### I BENEFICI DELL'ATTIVITÀ FISICA NELLA PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **CORGNATI GIUDITTA**  
 I 2 incontri sono finalizzati a far conoscere i fattori di rischio cardiovascolari e l'esercizio fisico come strumento terapeutico nel prevenire e controllare numerose patologie. La relatrice è Dirigente Medico il livello in Cardiologia e in Medicina dello Sport presso l'ASLTO4. Primo incontro 7 novembre: L'esercizio fisico come strumento terapeutico nel prevenire e controllare numerose patologie. Secondo incontro 21 novembre: I fattori di rischio cardiovascolari.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	7-21							

### CONFERENZA

#### IL MONDO A TAVOLA: RITI, PRECETTI ALIMENTARI E TABÙ

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **CASTELLANI VITTORIO**  
 Lo Chef Kumalè propone 2 pomeriggi in cui sono trattati nel 1 ° incontro "Il mondo a tavola-focus sulla cucina italiana" e nel 2° incontro "Tabù alimentari". Inoltre è stato organizzato (vedi Uscite Didattiche) un tour gastronomico per sabato 15 novembre che prevede degustazioni nei locali tipici di Porta Palazzo.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
16-30								

**CONFERENZA**  
**INCIDENTI DOMESTICI: COME E PERCHÈ EVITARLI**

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>VALTORTA FRANCO</b>	

Un incontro a cura del SISP-Dipartimento di Prevenzione dell'ASL TO4 con il Direttore, Dr. Franco Valtorta, e con i suoi collaboratori Tecnici della Prevenzione, nonché della Coordinatrice Dr.ssa Catia Locci.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
31								

**CONFERENZA**  
**INCONTRI CON LA SINDACA**

Giorno	<b>MERCOLEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 4</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>PIASTRA ELENA</b>	

Oltre alla Sindaca potranno essere presenti alcuni membri della Giunta Com.le

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
22		17			4		13	

**INGLESE 1° LIVELLO**

Giorno	<b>MARTEDÌ</b>	Ora	<b>17:30-18:45</b>	Posti disponibili <b>30</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 3</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>FERRARI RENATA</b>	

Il corso di inglese di primo livello è rivolto agli utenti che desiderano imparare i primi elementi grammaticali e lessicali per poter dialogare su argomenti di vita quotidiana e scoprire aspetti interessanti del mondo anglosassone.  
Testo in uso: Jenny Dooley My Route Ed. Zanichelli vol. 1

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

**INGLESE 2° LIVELLO**

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>17:30-18:45</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>ZANOVELLO CATIA</b>	

Il corso mira alla preparazione dei discenti per poter essere in grado di comprendere semplici frasi ed espressioni su argomenti familiari e quotidiani, comunicare in attività di routine che richiedono uno scambio diretto di informazioni, descrivere in termini semplici la propria vita, l'ambiente circostante e i propri bisogni immediati.

**N.B.** Potrebbe essere richiesta l'adozione di un testo.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
10-17-24-31	7-14-21-28	5-12	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### **INGLESE 3° LIVELLO - CONVERSAZIONE**

Giorno **MARTEDÌ** Ora **17:30-18:45** Posti disponibili **20**  
Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
Contributo **0,00** Docente **DI PASQUA ANNAMARIA**  
Il corso mira allo sviluppo delle abilità orali ed in modo particolare: 1. creare un ambiente reale di comunicazione per sviluppare abilità di comprensione e di produzione della lingua orale, avviando gli studenti all'acquisizione di fluenza espositiva; 2. acquisizione di elementi di fonologia, ritmo, accento e intonazione.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### **CONFERENZA INIZIATIVA CON L'ANPI**

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:00-17:15** Posti disponibili **60**  
Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
Contributo **0,00** Docente **BERTOTTO SILVIO**  
L'anniversario della Liberazione è celebrato dall'Unitre in collaborazione con la sezione l'ANPI di Settimo Torinese. "Senza rossetto. 1946-2026, le italiane al voto" sarà il tema dell'evento.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
						20		

### **CONFERENZA INTELLIGENZA ARTIFICIALE**

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
Contributo **0,00** Docente **MASSA ANNA ALESSANDRA**  
L'intelligenza può essere considerata la capacità di una persona di affrontare e risolvere situazioni e problemi nuovi o sconosciuti con successo. Stiamo chiedendo questo ad una macchina? Chiariamoci alcune idee e parliamone in un primo incontro il 14 ottobre - AI: di cosa stiamo parlando? ed in secondo incontro il 28 ottobre - IA e dintorni: opportunità e criticità.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	14-28							

**CONFERENZA  
INTRODUZIONE ALLA "RICERCA DEL TEMPO PERDUTO"**

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>BRACCO CLAUDIO</b>	

I contenuti dei 2 incontri sono: Biografia di Marcel Proust, Argomenti dei romanzi del ciclo: "Dalla parte di Swann", "All'ombra delle fanciulle in fiore", "I Guermantes", "Sodoma e Gomorra", "La prigioniera", "La fuggitiva", "Il tempo ritrovato", il contesto storico-sociale/letterario, i temi, i personaggi ed i loro modelli reali.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
					27	10		

**LA BIBBIA IN PILLOLE**

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>FORASACCO MARIA LUISA</b>	

6 incontri per un assaggio della "Bibbia" in pillole: lettura e analisi da Raab a Ruth passando per Giudici e Re.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
9-23	6-20	4-18						

**LA FISICA INTORNO A NOI**

Giorno	<b>MARTEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>GOBETTI LAURA</b>	

Il percorso consta di 4 lezioni tra Meccanica classica e meccanica quantistica: con l'aiuto di Alice cerchiamo di riflettere sulla realtà intorno a noi.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
				3-17	3-17			

**LA TELA BIANCA. DIARIO DI UN QUADRO**

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>16:00-17:30</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 4</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>RIBERO MIRELLA, modera BIANCHINI EZIO</b>	

"LA TELA BIANCA. DIARIO DI UN QUADRO" è una delle Storie di donne proposta da Ezio Bianchini... L'incontro avviene con la pittrice Mirella Ribero.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
			16					



## **ASSOCIAZIONE NAZIONALE DELLE UNIVERSITÀ DELLA TERZA ETÀ UNITRE - Università delle Tre Età - Sede di SETTIMO TORINESE**

CONVENZIONI PER ANNO ACCADEMICO 2025/2026

Esercizi commerciali e Studi Professionali, previa presentazione di Tessera Associativa. Sono sempre esclusi i prodotti in promozione o in saldo.

### **BAR - RISTORAZIONE - ALIMENTARI**

**BLANCO PIZZA - RISTORANTE** Via San Francesco d'Assisi, 5 - Tel. 345.4614661

**SCONTO 10%** su tutte le consumazioni "ristorazione e pizza"

Lo sconto sarà applicato per ogni singola persona provvista di Tessera Unitre

**BLANCO CAFFÈ** Via Manzoni, 2 - Tel. 011.8001641

**SCONTO 10%** su tutte le consumazioni

Lo sconto sarà applicato per ogni singola persona provvista di Tessera Unitre

**CAFÈ DENISE** Via Buonarroti, 23 - Tel. 340.9317700

**SCONTO 10%** su tutte le consumazioni

**GREENY CAFÈ** Via Italia, 80 - Tel. 391.1002425

**SCONTO 10%** su tutte le consumazioni

### **NEGOZIO LEGGERO - LA SPESA ALLA SPINA (alimentari sfusi)**

Via Italia, 65/A - Tel. 333.1023840

**SCONTO 10%** su tutti i prodotti

### **SALUTE E BENESSERE**

**OTICA ing. BENEDETTO** Via Italia, 19 - Tel. 011.8972133

**SCONTO 15%** su tutti prodotti. Campagna 2° occhiale. Test visivo gratuito

**CENTRO AMPLIFON ITALIA S.p.A.** Via Torino, 16 - Tel. 011.8006506 / 340.5287132

**SCONTO 25%** (se ci saranno promozioni attive verrà applicato lo sconto maggiore).  
Test gratuito dell'udito presso il Centro Amplifon - Via Torino, 16.

**ORTHOLAB - Ortopedia** Via Chiomo, 4 - Tel. 011.8012173

**SCONTO 10%** su tutti i prodotti: articoli ortopedici, plantari, calzature e valutazione baropodometrica gratuita (valutazione del passo computerizzata).

**RIABILITAZIONE ORTOPEDICA - Dott. Vincenzo Lo Russo**

Via Milano, 29/F - Tel. 339.6803922

**SCONTO 20%** su tutti i servizi ad esclusione dei corsi di ginnastica posturale.

**REHABILITATION POINT - Dott. Morfino Daniele - Studio Massofisioterapico e Riabilitativo**

Via Regio Parco, 11 - Tel. 011.7804375

**SCONTO 15%** sul prezzo di listino.

**PUNTO BELDENT S.R.L. DI SETTIMO TORINESE** - Via Regio Parco, 11 - Tel. 011.3741336

**SCONTO 5%** aggiuntivo, cumulabile con altri sconti/promozioni già presenti.

**STUDIO MEDICO - AGOPUNTURA - Dott.sa Caterina Rallo**

Via Caduti per la Libertà, 13 - Chivasso - Tel. 011.8968649

**SCONTO 10%** su seduta Agopuntura.

**TEMPO LIBERO****MONDADORI BOOK STORE - Libreria** Piazza San Pietro in Vincoli, 2 - Tel. 011.9617092

**SCONTO 10%** su cartoleria e giocattoli. **SCONTO 5%** su libri (escluso scolastica).

**LIBRERIA ALICANTE** Via Italia, 67 - Tel. 011.19174047

**SCONTO 5%** su libri (escluso scolastica).

**MCM MULTISALA CINEMA PETRARCA** - Via Petrarca, 7 - Tel. 339.2775236

**Ingresso ridotto per i soci Unite** - valido in qualsiasi giorno - lunedì ingresso **€ 5,00** (esclusi festivi) - proposte di rassegne - film d'autore - film a **€ 3,50** o altro verranno comunicate alla vs. associazione tempestivamente.

**AUDITORIUM RAI – TORINO**

**Ingresso ridotto** per singoli o gruppi di associati unitre per assistere a "CONCERTI DELLA STAGIONE SINFONICA 2025-2026".

**ESTETICA - PARRUCCHIERI - PROFUMERIE****PROFUMERIA SINATRA** Via Italia, 47 - Tel. 011.8968649

**SCONTO** sostitutivo migliorativo sui prodotti acquistati secondo la nostra scontistica dedicata ai clienti convenzionati. La percentuale è variabile per ogni marchio.

**PARRUCCHIERI HAIR STYLE di Dinaro Monica** Via Cavour, 27 - Tel 347.0463883

**SCONTO 10%** sui servizi tecnici il martedì e mercoledì.

**BB HAIR STYLIST di Abate Bianca - Acconciature** Via Milano, 73/A - Tel 011.8007104

Su taglio e piega **35 €** anzichè **38 €**. Sconto di **5 €** su una spesa minima di **50 €**.

**MARZANO E PERRI di Perri Severina Patrizia - Parruchiere donna/uomo**

Via Italia, 86 - Tel. 340.8673184

**SCONTO 20%** su tutto il martedì - mercoledì - giovedì.

**A R U s.r.l. - Parrucchieri /Estetica (OMNIA BEAUTY)** Via Rantano, 17 Bis

Tel. 392.0832725

**SCONTO 10%** su tutti i trattamenti.

**ADIBEL - Estetica Benessere di Dragoi Adina Manuela**

Via Milano, 71 Ter - Tel. 346.6887575

**SCONTO 20%** su Grotta del Sale. **SCONTO 10%** Trattamenti mani e piedi. **SCONTO 15%** su Dermopigmentazione. **SCONTO 15%** su Trattamenti estetici viso-corpo.

**ELENA E LUISA s.n.c. - Estetica** Via Ariosto 13/G - Tel. 011.8006106 / 366.3060078

**SCONTO 15%** su prodotti viso e corpo. **SCONTO 10%** su trattamento viso.

## CASA - ARTICOLI REGALO - RIPARAZIONI - RICAMBI

### CASA DEL CORREDO - Biancheria - Tendaggi

Via San Francesco d'Assisi, 11/B - Tel. 346.7540865

**SCONTO 10%** su tutti gli articoli.

### EREDI CARLO BENEDETTO s.a.s. - Biancheria Casa

Via Roma, 1 - Tel. 011.8012358 - 345.3411648

**SCONTO 10%** su tutti gli articoli.

### TENDHOUSE s.n.c. - Biancheria Casa - Tendaggi - Zanzariere

Via Regio Parco, 70 - Tel. 011.8211140

**SCONTO 20%** sulla biancheria. **SCONTO 10%** su tende interne e da sole - zanzariere.

### CHIMERE - Idee Regalo - Bomboniere

Piazza San Pietro In Vincoli, 2 - Tel. 333.1756956  
**SCONTO 20%** su tutti gli articoli in negozio.

### LA CHICCHERIA - Oggettistica - Articoli Regalo

Via Italia, 47/A - Tel. 011.3741850  
**SCONTO 15%** su tutte le collezioni (ad esclusione linea "Piccolo Mondo Antico").

### DECORA - Colorificio

Via Regio Parco, 9 - Tel. 011.2638324

**SCONTO 30%** su tutto.

### SEVEN COMPUTER s.r.l. - Computer / Cartoleria

Via Italia, 71/A - Tel. 011.8002240  
**SCONTO 5%** su consumabili. **SCONTO 10%** su accessori e componentistica. **SCONTO 10%** su PC fissi. **SCONTO 5%** su Notebook. **SCONTO 10%** su cancelleria.  
Sono esclusi Smartphone - Ricariche telefoniche - Abbonamenti telefonici

### NUOVA SARTORIA ITALIANA

Via Buonarroti, 17 - Tel. 320.2638146  
**SCONTO 10%** su tutte le riparazioni sartoriali.

### BOLLATO FEDERICO - Riparazione orologi

Via Italia, 21 - Tel. 011.8978960  
**SCONTO 10%** (può variare in base al tipo di riparazione).

### AUTORICAMBI EMPORIO s.r.l. - Ricambi auto

Via Regio Parco, 11 - Tel. 011.8984131  
**SCONTO dal 10% al 40%** in base ai prodotti.

## GIOIELLI

### MOROSINI - Gioielleria

Via Italia, 36 - Tel. 011.8008409  
**SCONTO 10%** su tutti gli articoli in oro o argento delle linee esclusive Morosini Gioielli.  
Il cliente verrà registrato nel sistema Vip Card virtuale di Morosini Gioielli.

### LINEA ORO S.R.L. - DEL VAGO

Via Italia, 21 - Via Regio Parco, 80/A - Tel. 011.8957046 / 011.8001853

**SCONTO 10%** su tutte le firme. **SCONTO 15%** su oreficeria varia - gioielleria - argento.  
**SCONTO 15%** su orologi. Lo sconto è praticato sul prezzo di cartellino.

## ABBIGLIAMENTO - PELLETTERIA - CALZATURE

### KIDS - Abbigliamento 0-16 anni

Via Italia, 31/A - Tel. 389.8716780  
**SCONTO 15%** Escluso Cerimonia.

**L'AQUILONE - Abbigliamento bimbo** Via Italia, 73 - Tel. 328.0063850  
**SCONTO 10%** su tutto abbigliamento eccetto intimo e accessori.

**HOBBY CONFEZIONI s.a.s. (L'Angolo)** Via Roma, 2 . Tel. 011.8001086  
**SCONTO 10%** sugli acquisti.

**MORESE RITA - Abbigliamento** Piazza San Pietro in Vincoli, 9 - Tel. 338.7541560  
**SCONTO 10%** in stagione - altre promozioni studiate solo per Unitre.

**ULTIMO IMPERO - Abbigliamento** Piazza Astegiano, 8 - Tel. 011.8971766  
**SCONTO 10%** su tutti gli articoli.

**OLYMPIC SPORT - Abbigliamento - Articoli sportivi** Via Italia, 28 - Tel. 011.8000714  
**SCONTO 10%** sui prodotti in vendita regolare.

**GRAZIA PELLETTERIA E MODA - Borse e valigeria** Via Torino, 11 - Tel. 338.3617415  
**SCONTO 10%**

**SEGUE... BORSE E ACCESSORI di Laura Veneziani** Via Italia, 41 - Tel. 011.8009820  
**SCONTO 15%** sul prezzo di vendita.

**MARVIS s.a.s. - Calzature e pelletteria** Via Italia, 27 - Tel. 011.8000158  
**SCONTO 10%** su tutti articoli della collezione in atto.

#### FARMACIE

**FARMACIA CARPANI** Via Regio Parco, 9 - Tel. 011.8983089  
**SCONTO 15%** su Parafarmaco - Dispositivo medico - Farmaci senza obbligo di prescrizione – autoanalisi sangue - Ecg - Holter.

**FARMACIA CENTRALE** Via Italia, 18 - Tel. 011.8000103  
**SCONTO 10%** su prodotti da banco senza obbligo di prescrizione medica.

**FARMACIA DEL PESO** Via Italia, 94 - Tel. 011.8000372  
**SCONTO 10%** su tutti i prodotti con esclusione dei farmaci che richiedono prescrizione medica

**FARMACIA SAN MAURO** Via San Mauro, 45 - Tel. 011.8957484  
**SCONTO 15%** su parafarmaco - Farmaco da banco e cosmesi

**FARMACIA SAN GIUSEPPE** Piazza Vittorio Veneto, 16 - Tel. 011.8005856 / 345.9343392  
**SCONTO 10%** su parafarmaco non cumulabile con altri sconti collegati alla tessera fedeltà o altre promozioni

**FARMACIA SAN VITO** Via Col Del Lys, 5 - Tel. 011.0464917  
**SCONTO 10%** con esclusione dei farmaci che richiedono prescrizione medica

#### PARAFARMACIA

**PARAFARMACIA AURORA Dr.ssa Scarabello Franca**

Via Mazzini, 18/D - Tel. 011.8012643 / 338.1960795

**SCONTO 15%** su tutti i prodotti - Farmaci - Parafarmaci - Veterinari, ecc. In Parafarmacia

**CONFERENZA  
LA VIA DELLA SALUTE**

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>VECELLI LOREDANA</b>	

1° incontro: IL CIBO CHE CURA, COSA C'È ALL'ORIGINE DELLA MALATTIA

2° incontro: MEDICINA IN CUCINA, SINDROME METABOLICA.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
			9-16					

**LABORATORIO DI PROPEDEUTICA TEATRALE**

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:30</b>	Posti disponibili <b>15</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 4</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>VOGLINO MARIELLA</b>	

CORSO propedeutico di Teatro con Mariella Vaglino per approfondire le tecniche di impostazione posturale, le capacità comunicative gestuali, della voce e della dizione all'insegna del divertimento.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
17-24-31								

**LEZIONI PRATICHE DI FOTOGRAFIA DIGITALE**

Giorno	<b>MARTEDÌ</b>	Ora	<b>09:30-11:30</b>	Posti disponibili <b>15</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>30,00</b>	Docente/i	<b>TALPO ALESSANDRO</b>	

Il corso è rivolto a chiunque desideri acquisire conoscenze teoriche e tecniche necessarie per realizzare buone fotografie e ottenere soddisfazione dai propri scatti utilizzando la fotocamera digitale che ha a disposizione. Consigliatissimo il proprio smartphone.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	18-25	2-9	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31			

**LUOGHI E MEMORIE DI SETTIMO: LE CHIESE DI SETTIMO NELLA STORIA**

Giorno	<b>MERCOLEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>CROSETTO ALBERTO</b>	

LE CHIESE DI SETTIMO NELLA STORIA - I tre incontri di quest'anno si propongono di andare a capire come alcuni edifici religiosi hanno contrassegnato dei periodi storici, forse più di quanto finora emerso.

1° incontro: SAN PIETRO E IL MEDIOEVO;

2° incontro: LA PARROCCHIA E IL CASTELLO;

3° incontro: LA GRANDE RIPRESA SETTECENTESCA E I SIGNORI DI SETTIMO.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
						1-15-29		

### MAGIA E PRESTIDIGITAZIONE

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>MONGIOVI CALOGERO</b>	

La magia in tutte le sue forme: 1. Trucco o magia? 2. Divertire divertendosi magicamente; 3. Come scegliere un numero di magia; 4. Scacco mago in 4 lezioni: cosa abbiamo imparato.

**N.B.** È necessario procurarsi un mazzo di carte tipo "BICYCLE".

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
			8-22	5-19				

### MINDFULNESS 1

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>15:00-16:15</b>	Posti disponibili <b>25</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 4</b>	
Contributo	<b>35,00</b>	Docente	<b>GHIBERTI SABRINA</b>	

Mindfulness è una pratica ispirata alle antiche tradizioni meditative con l'ascolto delle sensazioni del corpo e del respiro. Nel percorso impareremo pratiche formali che potranno essere riprese a casa grazie alla registrazione degli esercizi. **N.B.** Sono indispensabili tappetino, calze antiscivolo e abbigliamento consone alla pratica sportiva.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11						

### MINDFULNESS 2

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>16:15-17:30</b>	Posti disponibili <b>25</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 4</b>	
Contributo	<b>35,00</b>	Docente	<b>GHIBERTI SABRINA</b>	

Si svolgerà lo stesso programma previsto per il primo turno.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11						

### CONFERENZA

#### ORIENTARSI NEL MONDO DELLA NUTRIZIONE E DELLA SICUREZZA ALIMENTARE

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>CATI VERONICA</b>	

Due incontri in cui affrontiamo che cosa significa "**mangiare bene**" - Gli alimenti e i nutrienti - La lettura delle etichette alimentari - Linee guida per una sana alimentazione - Cenni di sicurezza alimentare, soprattutto microbiologica dato l'interesse di questo aspetto.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
						17-24		

**CONFERENZA**  
**OSTEOPATIA: come, quando e perchè**

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **MORFINO DANIELE**

Un pomeriggio in compagnia di un medico osteopata per affrontare il tema della disciplina.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
27								

**PARLARE È UN BISOGNO, ASCOLTARE È UN'ARTE - 3°LIVELLO**

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **PARENTI UGO**

Tre incontri di approfondimento solo per chi ha già fatto il primo e secondo livello. Possiamo pensare, dopo un rapido ripasso dei concetti appresi nei precedenti livelli, di fare solo ESPERIENZA E PRATICA nell'uso delle tecniche dell'ASCOLTO ATTIVO.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
6-13-20								

**PERCORSI DI CINEMA**

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**

Sede **SEDE** Aula **AULA 1**

Contributo **0,00** Docente **CALORIO SABRINA**

4 incontri Dalla Storia del Cinema al Cinema contemporaneo. Analisi e visione di Film.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
					16-30	13-27		

**PILATES LUNEDÌ**

Giorno **LUNEDÌ** Ora **09:00-10:00** Posti disponibili **25**

Sede **SEDE** Aula **SALONE INFERIORE**

Contributo **30,00** Docente **SANTORIELLO ROSALIA**

"La cosa più importante non è ciò che si sta facendo, ma come lo stai facendo." Cit. J.H.Pilates.

**N.B.** Sono indispensabili tappetino, calze antiscivolo e abbigliamento consono.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

### PILATES MERCOLEDÌ

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **09:00-10:00** Posti disponibili **25**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **30,00** Docente **SANTORIELLO ROSALIA**

Si svolgeranno gli stessi esercizi previsti per il turno del lunedì.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### PILATES VENERDÌ

Giorno **VENERDÌ** Ora **09:00-10:00** Posti disponibili **25**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE INFERIORE**  
 Contributo **30,00** Docente **SANTORIELLO ROSALIA**

Si svolgeranno gli stessi esercizi previsti per il turno del lunedì.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
10-17-24-31	7-14-21-28	5-12	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### PINNACOLA MARTEDÌ

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:00-17:00** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 4**  
 Contributo **0,00** Docente **DE LUCA PAOLO**

“Manutenzione del cervello tra cuori, quadri, fiori e picche!”

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### PINNACOLA VENERDÌ

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:00-17:00** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 3**  
 Contributo **0,00** Docente **DE LUCA PAOLO**

“Manutenzione del cervello tra cuori, quadri, fiori e picche!”

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
10-17-24-31	7-14-21-28	5-12	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:00-18:00** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **15,00** Docente **SODARO GIACOMO**

Tecnica dell'acquerello avanzato.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
10-17-24-31	7-14-21-28	5-12	9-16-23-30	6-13-20-27	6-13-20-27	10-17-24	8-15-22-29	

### PITTURA AD OLIO ED ACRILICO

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **14:30-17:30** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 3**  
 Contributo **0,00** Docente **CHIANALE MARCO**

Dipingere ad Olio e ad Acrilico è un desiderio che nasce spontaneo in tutti coloro che amano la pittura e le arti figurative.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### PITTURA SU CERAMICA E PORCELLANA A 3° FUOCO

Giorno **LUNEDÌ** Ora **16:00-18:00** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 3**  
 Contributo **0,00** Docente **TRIGGIANI FRANCA**

Il corso è dedicato a coloro che vogliono provare a dipingere su ceramica e porcellana. Il corso si svolgerà sulla conoscenza della tecnica utilizzata per la decorazione sulla pittura al 3° fuoco.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

### POLICE VERDE 1 e 2

Giorno **VEN e GIO** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 4 - AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **VAI GIUSEPPE**

DURATA DEL CORSO: N° 4 LEZIONI. Conoscere piante e fiori nelle loro varietà e specie con il giardiniere Giuseppe Vai. Gli incontri si svolgeranno in autunno ed in primavera nei giorni: 5/12/2025, 12/12/2025, 12/3/2026, 16/04/2026

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
		5-12			12	16		

### POPOLI E DOMINIO - Storia dell'Imperialismo

Giorno **VENERDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **ROSSO DAVIDE**

Tre incontri sulla storia del colonialismo:

1. Spada e altare - Le crociate;
2. Vapore e cannoni - L'età degli imperi;
3. Atomo e internet - La decolonizzazione e il mondo di oggi.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
				20	6-20			

### QI GONG 1° TURNO

Giorno **MARTEDÌ** Ora **09:30-10:30** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **35,00** Docente **NARETTO ROSSO PAOLA**

Il Qi Gong è un'antica pratica cinese che prevede l'esecuzione di esercizi fisici che migliorano l'elasticità del corpo mantendo una buona muscolatura: associati ad una buona respirazione influenzano anche la nostra mente e la nostra energia fisica.

**N.B.** Sono indispensabili calze antiscivolo e abbigliamento consono.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	18-25	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### QI GONG 2° TURNO

Giorno **MARTEDÌ** Ora **10:45-11:45** Posti disponibili **30**  
 Sede **SEDE** Aula **SALONE SUPERIORE**  
 Contributo **35,00** Docente **NARETTO ROSSO PAOLA**

Si svolgerà lo stesso programma previsto per il primo turno.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	18-25	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### SALSA IN RUEDA

Giorno **GIOVEDÌ** Ora **09:30-10:30** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 4**  
 Contributo **10,00** Docente **RALLO PASQUALE**

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
9-16-23-30	6-13-20-27	4-11-18	8-15-22-29	5-12-19-26	5-12-19-26	2-9-16-23-30	7-14-21-28	4

### SARTORIA

Giorno **MARTEDÌ** Ora **15:30-17:00** Posti disponibili **24**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 3**  
 Contributo **0,00** Docente **CREA ROSETTA**

È il laboratorio in cui sarà affrontata la tecnica del taglio e della confezione.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### SCACCHI

Giorno	<b>MARTEDÌ</b>	Ora	<b>15:00-17:00</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 4</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente		

Questo non è un corso di scacchi ma uno spazio per chi conosce già le regole del gioco. Pertanto chi trovasse un/una compagno/a potrà venire, nei giorni di martedì o venerdì, a giocare. A tale scopo si informa che presso la Sede Unitre sono disponibili n° 5 scacchieri complete dei pezzi del gioco.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-28	4-11-18	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### SCRITTURA CREATIVA 3° LIVELLO

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>FORASACCO MARIA LUISA</b>	

Scrivere per il piacere di scrivere: dalla scrittura automatica alla produzione in versi.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
				12	5-19	2-9		

### SOCIOLOGIA, la scienza che ci insegnà a vedere le cose al di là dell'ovvio

Giorno	<b>GIOVEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>PANCOTTI ANDREA</b>	

Il percorso di 5 incontri affronta i seguenti argomenti: 1) Filosofia per la Vita (Jules Evans); 2) Mappa Mundi - Modelli di vita per una società senza orientamento (Domenico De Masi); 3) Sociologia della Religione; 4) Filosofia Politica - Giustizia (Michael Sandel); 5) Genere e Sessualità nella società contemporanea.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	13		15-29	26	26			

### SPAGNOLO 1° LIVELLO

Giorno	<b>LUNEDÌ</b>	Ora	<b>17:30-18:30</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>SANCHEZ VINCENTE VERONICA</b>	

Il programma di spagnolo per principianti consente di imparare i fondamenti della lingua, cioè le strutture grammaticali di base, l'alfabeto, la pronuncia, gli articoli, i pronomi, i verbi ecc... il vocabolario, porre domande, usare espressioni scritte, ascoltare e comprendere delle videolezioni.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

**CONFERENZA  
SPECCHIO DEI TEMPI**

Giorno	<b>LUNEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docenti	<b>FARNIA PAOLA, MARTINENGO MARIA TERESA</b>	

Nell'ambito delle Riflessioni allo Specchio della Fondazione La Stampa - Specchio dei tempi si ospitano le relatrici dott.ssa Paola Farnia con la relazione dal titolo "**Ecologia delle piccole cose**" e la dott.ssa Maria Teresa Martinengo con la relazione dal titolo "**Il sociale si racconta**" rispettivamente secondo il calendario sottostante.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
							4-15	

**STORIA DEL MEDIOEVO: dal 476 al 1492**

Giorno	<b>MERCOLEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>GALLO EZIO</b>	

8 incontri di "Storia del Medioevo: dal 476 al 1492. Dieci secoli di storia tra luci ed ombre". Seguirà visita didattica a CASTELL'ARQUATO e FONTANELLATO.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-22	5-19	3-17	7-21					

**STORIA DELLA MUSICA**

Giorno	<b>LUNEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>50</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>10,00</b>	Docente	<b>FUMERO ALICE</b>	

I 6 incontri sono dedicati alla scoperta di compositori, repertori e curiosità sulla storia della musica e sono: 1) Musicali per natura; 2) Musicali presi alla lettera; 3) Turisti musicali; 4) Litigiosi musicali; 5) Diagnosi musicali; 6) Danzatori musicali.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
	3-17	1-15	19	2				

**STORIA DELL'ARTE**

Giorno	<b>MERCOLEDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>D'ANGELO GIANFRANCO</b>	

Quest'anno prendiamo in considerazione i seguenti argomenti: 1. FIAMMINGHI; 2. RINASCIMENTO; 3. SCUOLA VENETA

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
15-29	12-26	10	14-28	11				

## STORIA DI DONNE

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>BIANCHINI EZIO</b>	

I 5 incontri proposti in questo A.A. affrontano le storie di vita di donne che hanno il coraggio di raccontarsi: Maita Sartori (10 ottobre '25), Mariella Vaglino (27 novembre '25), Monira (5 dicembre '25) Tiziana Tiziano (12 maggio '26), Iliana Joseph (19 maggio '26). A sè stante l'incontro "LA TELA BIANCA. DIARIO DI UN QUADRO" con la pittrice Mirella Riberio del 16 gennaio '26 in aula 4 ore 16,00 -17,30. Modera Ezio Bianchini.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
10	27	5					12-19	

## TEATRO

Giorno	<b>MERCOLEDÌ</b>	Ora	<b>17:30-19:00</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>SALONE SUPERIORE</b>	
Contributo	<b>50,00</b>	Docente	<b>PASQUALI GIADA</b>	

Teoria e tecniche teatrali, uso della voce, riscaldamento vocale e fisico, analisi del testo e del personaggio. Esercizi e tecniche di improvvisazione teatrale. Il tutto finalizzato alla creazione di uno Spettacolo finale.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

## TEDESCO 1° LIVELLO

Giorno	<b>MERCOLEDÌ</b>	Ora	<b>18:05-18:50</b>	Posti disponibili <b>15</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>GUALENI LAURA</b>	

Il corso si propone di fornire strutture e lessico di livello A1/A2 per essere in grado di capire e utilizzare espressioni familiari e quotidiane nonchè gestire conversazioni semplici nell'ambito lavorativo e familiare. Verranno anche affrontate tematiche di attualità e cultura tedesca.

**N.B.** Potrebbe essere richiesta l'adozione di un testo.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### TENNIS DA TAVOLO

Giorno **MERCOLEDÌ** Ora **09:30-11:30** Posti disponibili **24**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 4**  
 Contributo **0,00** Docente **ROMBIOLÒ PALMIRO**

"Insegnamento e correzione nell'impostazione nell'impugnatura della racchetta, alle posizioni al tavolo di gioco, racchette e palline da tennis tavolo, la durata può variare dai 10 minuti a oltre.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
8-15-22-29	5-12-19-26	3-10-17	7-14-21-28	4-11-18-25	4-11-18-25	1-8-15-22-29	6-13-20-27	3

### CONFERENZA TERRA CHIAMA MARTE

Giorno **LUNEDÌ** Ora **15:30-17:15** Posti disponibili **60**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 1**  
 Contributo **0,00** Docente **MUSETTI BRUNO**

La conferenza Pianeta Marte chiama Pianeta Terra è la Storia dei voli spaziali verso il pianeta rosso. Seguirà un pomeriggio cinema ed una visita allo stabilimento Alenia.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
					9			

### UNCINETTO MIX AVANZATO

Giorno **MARTEDÌ** Ora **09:00-11:00** Posti disponibili **20**  
 Sede **SEDE** Aula **AULA 3**  
 Contributo **0,00** Docente **CARLINI DAMIANA**

Corso di uncinetto avanzato per la creazione di capi di abbigliamento e accessori. Introduzione e mini corso di cro-tat (Chiaccherino con uncinetto ed ago) per realizzare piccoli elementi di decorazione utile per l'abbigliamento o ciò che la fantasia suggerisce.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

OTT	NOV	DIC	GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
7-14-21-28	4-11-18-25	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### UNCINETTO MIX BASE

Giorno	<b>MARTEDÌ</b>	Ora	<b>10:00-12:00</b>	Posti disponibili <b>20</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 3</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>DE SANTIS LAURA</b>	

Partendo dai punti base di uncinetto (catenella, maglia bassa, maglia alta) si passa all'uso della forcella, uncinetto tunisino e uncinetto Smirne. Si impareranno punti particolari per confezionare accessori, decorazioni.

**N.B.** È a carico degli iscritti il materiale per lo svolgimento del Laboratorio.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
7-14-21-28	4-11-18-25	2-9-16	13-20-27	3-10-17-24	3-10-17-24-31	7-14-21-28	5-12-19-26	

### CONFERENZA VACCINAZIONI queste incognite

Giorno	<b>VENERDÌ</b>	Ora	<b>15:30-17:15</b>	Posti disponibili <b>60</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>AULA 1</b>	
Contributo	<b>0,00</b>	Docente	<b>BERTUCCI PIERGIORGIO</b>	

Due incontri con il Dr. Piergiorgio Bertucci - Dirigente Medico - Tropicalista Infettivologo del SISP ASL TO4 con cui parliamo di: 1) La Prevenzione vaccinale - Sfatiemo falsi miti: vaccinazioni in generale, normali e per categorie a rischio, fake news e malainformazione; 2) Mondi lontani in sicurezza: malattie esotiche e prevenzione vaccinale e non.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
17-24								

### YOGA DINAMICO 1° TURNO

Giorno	<b>LUNEDÌ</b>	Ora	<b>09:00-10:15</b>	Posti disponibili <b>25</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>SALONE SUPERIORE</b>	
Contributo	<b>50,00</b>	Docente	<b>PADULANO ROSETTA</b>	

La pratica YOGA del corso si concentra su un approccio integrato che unisce ASANA (posizioni fisiche), PRANA YAMA (respirazione consapevole) e MEDITAZIONE. La durata di ogni pratica è di 75 minuti.

**N.B.** Sono indispensabili tappetino, calze antiscivolo e abbigliamento consono.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

### YOGA DINAMICO 2° TURNO

Giorno	<b>LUNEDÌ</b>	Ora	<b>10:30-11:45</b>	Posti disponibili <b>25</b>
Sede	<b>SEDE</b>	Aula	<b>SALONE SUPERIORE</b>	
Contributo	<b>50,00</b>	Docente	<b>PADULANO ROSETTA</b>	

Si svolgerà lo stesso programma previsto per il primo turno.

<b>OTT</b>	<b>NOV</b>	<b>DIC</b>	<b>GEN</b>	<b>FEB</b>	<b>MAR</b>	<b>APR</b>	<b>MAG</b>	<b>GIU</b>
6-13-20-27	3-10-17-24	1-15	12-19-26	2-9-16-23	2-9-16-23-30	13-20-27	4-11-18-25	

# OTTOBRE 2025

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

MATTINO		POMERIGGIO
LUN 06	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1 <sup>o</sup> e 2 <sup>o</sup> TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIP./ PARLARE E' UN BISOGNO, ASCOLTARE E' UN'ARTE - 3 <sup>o</sup> LIV. / Pittura su ceramica / decoupage
MAR 07	UNCINETTO MIX AVANZATO / AUTODIFESA FEMMINILE / UNCINETTO MIX BASE / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	SARTORIA / CreAttivaMente / FILOSOFIA / CORO GOSPEL / BURRACO / PINNACOLA / SCACCHI / INGLESE 3 <sup>o</sup> LIV.- CONV./ INGLESE 1 <sup>o</sup> LIV.
MER 08	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	TEDESCO 1 <sup>o</sup> LIV./ STORIA MEDIEVO / FRANCESE 2 <sup>o</sup> LIV. / Pittura OLIO-ACRIL./ TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1 <sup>o</sup> E 2 <sup>o</sup> LIVELLO
GIO 09	SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRA - INTERMEDIO / BIGOTTERRA - BASE / GRUPPO DI CAMMINO / CALLIGRAFIA	BALLI DI SALA / BOCCHE / MINDFULNESS 1 E 2 / FRANCESE 1 <sup>o</sup> LIV. / LA BIBBIA IN PILLOLE / DISEGNO ARTISTICO
VEN 10	GINNASTICA FUNZIONALE / PILATES	PINNACOLA / ACQUERELLO AVANZATO / STORIE di DONNE / INGLESE 2 <sup>o</sup> LIVELLO
DOM 12	<b>FESTEGGIAMENTI per i 40 ANNI DI ATTIVITÀ UNITRE</b> - Pranzo presso il Ristorante "LA LENZA" di Volpiano	
LUN 13	PILATES / YOGA DINAMICO / YOGA DINAMICO / COMPUTER / GINNASTICA FUNZ. / VISITA STABILIMENTO THALES ALENIA	BACHATA PRINCIP./ PARLARE E' UN BISOGNO, ASCOLTARE E' UN'ARTE - 3 <sup>o</sup> LIV. / DECOPAGE / Pittura su ceramica
MAR 14	UNCINETTO MIX AVANZATO / AUTODIFESA FEMMINILE / UNCINETTO MIX BASE / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	CreAttivaMente / SARTORIA / CORO GOSPEL / ECONOMIA E FINANZA PINNACOLA / BURRACO / INGLESE 1 E 3 <sup>o</sup> LIV.-CONV./ SCACCHI
MER 15	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	FRANCESE 2 <sup>o</sup> LIV./ TEDESCO 1 <sup>o</sup> LIV./ STORIA DELL' ARTE/ Pittura OLIO-ACRIL./ TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1 <sup>o</sup> E 2 <sup>o</sup> LIVELLO
GIO 16	BIGOTTERRA - AVANZATO / CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / SALSA IN RUEDA / GRUPPO DI CAMMINO	BOCCE / BALLI DI SALA / MINDFULNESS 1 E 2 / FRANCESE 1 <sup>o</sup> LIV. / IL MONDO A TAVOLA: RITI-PRECETTI-TABU'/ DISEGNO ARTISTICO
VEN 17	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1 <sup>o</sup> -2 <sup>o</sup> E 3 <sup>o</sup> TURNO / PILATES	PITTURA ACQUERELLO AVANZ./ PINNACOLA / LABORATORIO TEATRALE / VACCINAZIONI QUESTE INCognite / INGLESE 2 <sup>o</sup> LIV.
LUN 20	YOGA DINAMICO 1 <sup>o</sup> TURNO / PILATES / YOGA DINAMICO 2 <sup>o</sup> TURNO / COMPUTER/GINNASTICA FUNZIONALE	PITTURA SU CERAMICA/ DECOPAGE / BACHATA PRINCIP./ PARLARE E' UN BISOGNO, ASCOLTARE E' UN'ARTE - 3 <sup>o</sup> LIVELLO
MAR 21	BACHATA AVANZATA IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE / AUTODIFESA FEMMINILE / UNCINETTO MIX AVANZATO	COMPORTAMENTI E RISCHI DERIVANTI DALL'USO IMPROPRI DEL WEB: ADOLESCENTI E ADULTI - con la senatrice ELENA FERRARA
MER 22	TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	BALLI GRUPPO 1- 2 <sup>o</sup> LIV./TEATRO/TEDESCO 1 <sup>o</sup> LIV./FRANCESE 2 <sup>o</sup> LIV./ STORIA MEDIEVO / INCONTRO SINDACA/PITTURA OLIO/ACRL.
GIO 23	GRUPPO DI CAMMINO / SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRA - BASE / BIGOTTERRA - INTERMEDIO	MINDFULNESS 1 E 2 / DISEGNO ARTISTICO / LA BIBBIA IN PILLOLE / FRANCESE 1 <sup>o</sup> LIV. / BALLI DI SALA / BOCCHE
VEN 24	GINNASTICA DOLCE 1 <sup>o</sup> -2 <sup>o</sup> E 3 <sup>o</sup> TURNO / GINNASTICA FUNZIONALE / PILATES	INGLESE 2 <sup>o</sup> LIV. / PINNACOLA / PITTURA ACQUERELLO AVANZ. / VACCINAZIONI QUESTE INCognite/LABORATORIO TEATRALE
LUN 27	PILATES / YOGA DINAMICO 1 <sup>o</sup> TURNO / YOGA DINAMICO 2 <sup>o</sup> TURNO / COMPUTER/GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIPANTI / DECOPAGE / Pittura su ceramica e porcellana a 3 <sup>o</sup> FUOCO / OSTEOPATIA: come, quando e perché
MAR 28	UNCINETTO MIX AVANZATO / AUTODIFESA FEMMINILE / BACHATA AVANZATA IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE	CreAttivaMente / SARTORIA / CORO GOSPEL / ECONOMIA E FINANZA/ PINNACOLA / BURRACO / INGLESE 1 E 3 <sup>o</sup> LIV.-SCACCHI
MER 29	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	FRANCESE 2 <sup>o</sup> LIV./ TEDESCO 1 <sup>o</sup> LIV./ STORIA DELL' ARTE/ Pittura OLIO ED ACRIL./ TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1 <sup>o</sup> E 2 <sup>o</sup> LIVELLO
GIO 30	BIGOTTERRA AVANZ./ CALLIGRAFIA / SALSA IN RUEDA/ GRUPPO DI CAMMINO / VISITA STABILIM.VALENTINO Pret à Porter	BALLI DI SALA / BOCCHE / MINDFULNESS 1 e 2 / FRANCESE 1 <sup>o</sup> LIV. / IL MONDO A TAVOLA /DISEGNO ARTISTICO
VEN 31	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1 <sup>o</sup> -2 <sup>o</sup> E 3 <sup>o</sup> TURNO/ PILATES	PITTURA ACQUERELLO AVANZ./ PINNACOLA / LABORATORIO TEATRALE / INCIDENTI DOMESTICI/ INGLESE 2 <sup>o</sup> LIV.

# NOVEMBRE 2025

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
LUN 03	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	SPAGNOLO 1° LIV./ BACHATA PRINCIP./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / STORIA DELLA MUSICA
MAR 04	BACHATA AVANZATA IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE / UNCINETTO MIX AVANZATO / AUTODIFESA FEMMINILE	INGLESE 1° E 3° LIV.-CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 05	PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	TEDESCO 1° LIV./ STORIA MEDIOEVO/ FRANCESE 2° LIV./ PITTURA OLIO-ACRIL./TEATRO /BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 06	GRUPPO DI CAMMINO / SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRA - INTERMEDIO / BIGOTTERRA - BASE	MINDFULNESS 1 E 2/ DISEGNO ARTISTICO / LA BIBbia IN PILLOLE / BALLI DI SALA / BOCCE / FRANCESE 1° LIV.
VEN 07	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIV./BENEFICI ATTIVITA' FISICA PREVENZ. CARDIOVASC./PINNACOLA/ ACQUERELLO AVANZ.TO
SAB 08	USCITA DIDATTICA PAVIA	
DOM 09		POMERIGGIO CINEMA
LUN 10	PILATES / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 11	AUTODIFESA FEMMINILE / BACHATA AVANZATA IN RUEDA / UNCINETTO MIX AVANZATO / UNCINETTO MIX BASE	SARTORIA / INGLESE 1° E 3°LIV.CONV./ECONOMIA E FINANZA / SCACCHI/ CORO GOSPEL / CreAttivaMente / PINNACOLA / BURRACO
MER 12	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	STORIA DELL'ARTE / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./PITTURA OLIO-ACRIL./TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 13	SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRA - AVANZATO / CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / GRUPPO DI CAMMINO	MINDFULNESS 1 E 2 / BOCCE/ BALLI SALA / FRANCESE 1° LIV./ SOCIOLOGIA / DISEGNO ARTISTICO
VEN 14	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	INTELLIGENZA ARTIFICIALE / PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / INGLESE 2° LIVELLO
SAB 15	USCITA DIDATTICA – TOUR GASTRONOMICO	
LUN 17	PILATES / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / GINNASTICA FUNZIONALE	SPAGNOLO 1° LIV./ BACHATA PRINCIP./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / STORIA DELLA MUSICA
MAR 18	QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZ. IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE E AVANZ./ FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1° E 3° LIV.-CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 19	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	TEDESCO 1° LIV./ STORIA MEDIOEVO/ FRANCESE 2° LIV./ PITTURA OLIO-ACRIL./TEATRO /BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 20	SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRA - BASE / BIGOTTERRA - INTERMEDIO / GRUPPO DI CAMMINO	MINDFULNESS 1 E 2 / BALLI DI SALA / BOCCE / FRANCESE 1° LIV. / DISEGNO ARTISTICO / LA BIBbia IN PILLOLE
VEN 21	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIV./BENEFICI ATTIVITA' FISICA PREVENZ. CARDIOVASC./PINNACOLA/ ACQUERELLO AVANZATO
DOM 23		Teatro Garybaldi: UN CAFFÈ CON ALDA MERIN - l'inizio della storia
LUN 24	PILATES / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 25	QI GONG 1 E 2° TURNO // BACHATA AVANZ. IN RUEDA / FOTOGRAFIA DIGITALE / UNCINETTO MIX BASE E AVANZATO	VIOLENZA DI GENERE: A CHE PUNTO SIAMO? con la dott.ssa Sara LEONE, dott. Ivan PIRA, dott. Renato PONTORIERO
MER 26	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	STORIA DELL'ARTE / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./PITTURA OLIO-ACRIL./TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 27	CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE / SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRA - AVANZ./ GRUPPO DI CAMMINO	MINDFULNESS 1 E 2 / BOCCE / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIV./ DISEGNO ARTISTICO / STORIE di DONNE
VEN 28	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / PINNACOLA / INTELLIGENZA ARTIFICIALE / INGLESE 2° LIVELLO

# DICEMBRE 2025

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
LUN 01	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	SPAGNOLO 1° LIV./ BACHATA PRINCIP./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / STORIA DELLA MUSICA
MAR 02	QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZ. IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE E AVANZ./ FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°E 3° LIV.CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 03	PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	TEDESCO 1° LIV./ STORIA MEDIOEVO/ FRANCESE 2° LIV./ PITTURA OLIO-ACRIL. / TEATRO /BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 04	GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERRIA - INTERMEDIO / BIGOTTERRIA - BASE / SALSA IN RUEDA	MINDFULNESS 1 E 2/ DISEGNO ARTISTICO / LA BIBbia IN PILLOLE / BALLI DI SALA / BOCCE / FRANCESE 1° LIV.
VEN 05	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / POLICE VERDE 1 / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / PINNACOLA / STORIE di DONNE
MAR 09	QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZ. IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE E AVANZ./ FOTOGRAFIA DIGITALE	SARTORIA/INGLESE 1°E 3°LIV.CONV./ECONOMIA E FINANZA/ SCACCHI/CORO GOSPEL/CreAttivaMente / PINNACOLA / BURRACO
MER 10	PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	STORIA DELL'ARTE / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./PITTURA OLIO-ACRIL./ TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 11	GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERRIA - AVANZATO / CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / SALSA IN RUEDA	MINDFULNESS 2 / MINDFULNESS 1 / DISEGNO ARTISTICO / BOCCE / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 12	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / PINNACOLA / POLICE VERDE 1 / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO
SAB 13	USCITA DIDATTICA ARCO DI TRENTO - Mercatini di Natale	
LUN 15	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIP./ STORIA DELLA MUSICA / SPAGNOLO 1° LIV./ DECOUPAGE /PITTURA SU CERAMICA
MAR 16	QI GONG 1°E 2° TURNO / UNCINETTO MIX BASE E AVANZATO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	INGLESE 1°E 3° LIV.CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 17	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	TEDESCO 1°LIV./STORIA MEDIOEVO/FRANCESE 2° LIV./ PITT. OLIO-ACRIL./ TEATRO /BALLI GRUPPO 1°- 2° LIV./INCONTRO CON LA SINDACA
GIO 18	BIGOTTERRIA - BASE / BIGOTTERRIA - INTERMEDIO / SALSA IN RUEDA / GRUPPO DI CAMMINO	BALLI DI SALA / BOCCE / FRANCESE 1° LIVELLO / LA BIBbia IN PILLOLE / DISEGNO ARTISTICO
VEN 19	GINNASTICA DOLCE 1° TURNO / GINNASTICA DOLCE 2° TURNO / GINNASTICA DOLCE 3° TURNO	TOMBOLATA NATALIZIA con concerto CORO GOSPEL UNITRE

# GENNAIO 2026

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
MER 07	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	TEDESCO 1° LIV./ STORIA MEDIOEVO/ FRANCESE 2° LIV./ PITTURA OLIO-ACRIL./TEATRO /BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 08	GRUPPO DI CAMMINO / BIGIOTTERIA - INTERMEDIO / BIGIOTTERIA - BASE / BIODANZA / SALSA IN RUEDA	MAGIA E PRESTIDIGITAZIONE / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / BOCCHE / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 09	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / PINNACOLA / LA VIA DELLA SALUTE / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO
DOM 11		POMERIGGIO CINEMA
LUN 12	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 13	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°E 3° LIV.CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 14	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	STORIA DELL'ARTE /TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./PITTURA OLIO-ACRIL./ TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 15	BIGIOTTERIA - AVANZATO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA / CALLIGRAFIA : L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / GRUPPO DI CAMMINO	BALLI DI SALA / BOCCHE / FRANCESE 1° LIV. / DISEGNO ARTISTICO / SOCIOLOGIA
VEN 16	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	PINNACOLA / PITTURA ACQUERELLO AVANZ./ VIA DELLA SALUTE / LA TELA BIANCA. DIARIO DI UN QUADRO / INGLESE 2°LIV.
LUN 19	YOGA DINAMICO 1° TURNO / COMPUTER / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	SPAGNOLO 1° LIV. / BACHATA PRINCIP./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / STORIA DELLA MUSICA
MAR 20	QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZ. IN RUEDA / UNCINETTO MIX BASE E AVANZ./ FOTOGRAFIA DIGITALE	SCACCHI / CORO GOSPEL / INGLESE 1°-3°LIV.- CONVERS./ PINNACOLA / BURRACO /SARTORIA / CreAttivaMente
MER 21	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	TEDESCO 1° LIV./ STORIA MEDIOEVO/ FRANCESE 2° LIV./ PITTURA OLIO-ACRIL./TEATRO /BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 22	BIODANZA / SALSA IN RUEDA / GRUPPO DI CAMMINO / BIGIOTTERIA - BASE / BIGIOTTERIA - INTERMEDIO	MAGIA E PRESTIDIGITAZIONE / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / BOCCHE / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 23	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO
DOM 25		SPETTACOLO TEATRALE: "IL COMANDANTE" c/o SALONE UNITRE
LUN 26	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 27	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°E 3° LIV.CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 28	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	TEATRO / TEDESCO 1° LIV. / STORIA DELL'ARTE / PITTURA OLIO-ACRIL./ FRANCESE 2° LIVELLO / BALLI DI GRUPPO 1° E 2°LIV.
GIO 29	BIGIOTTERIA - AVANZATO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA / CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO /GRUPPO DI CAMMINO	BALLI DI SALA / BOCCHE / FRANCESE 1° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO / SOCIOLOGIA
VEN 30	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO / PILATES	PINNACOLA / PITTURA ACQUERELLO AVANZ./ CONDOMINIO / DIVERSAM.MUSICA: MOZART, MUSICISTI RUSSI/ INGLESE 2° LIV.

# FEBBRAIO 2026

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
LUN 02	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	SPAGNOLO 1° LIV./ BACHATA PRINCIP./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / STORIA DELLA MUSICA
MAR 03	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°-3° LIV.CONV./SCACCHI/ CORO GOSPEL / FISICA INTORNO A NOI / SARTORIA / CreAttivaMente / BURRACO / PINNACOLA
MER 04	PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	BALLI DI GRUPPO 1°-2° LIV. / ASTROLOGIA / PITTURA OLIO-ACRIL. / TEATRO / FRANCESE 2° LIV. / TEDESCO 1° LIV.
GIO 05	GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERIA - BASE / SALSA IN RUEDA / BIGOTTERIA - INTERMEDIO / BODANZA	DISEGNO ARTISTICO / MAGIA E PRESTIDIGITAZIONE / BALLI DI SALA / BOCCCE / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 06	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / PINNACOLA /PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / CONDOMINIO: vivere in armonia, controversie ed altro
LUN 09	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO/ PILATES	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 10	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1° E 3° LIV.-CONVERS./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 11	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	STORIA DELL'ARTE /TEDESCO 1° LIV. / FRANCESE 2° LIV./PITTURA OLIO-ACRIL. / TEATRO / BALLI DI GRUPPO 1° E 2° LIV.
GIO 12	CALIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / BIGOTTERIA - AVANZATO/SALSA IN RUEDA/GRUPPO DI CAMMINO/BODANZA	BOCCE / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO / SCRITTURA CREATIVA 3° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO
VEN 13	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	EDUCAZIONE CIVICA: "cittadinanza digitale" / PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / INGLESE 2° LIVELLO
DOM 15		POMERIGGIO CINEMA
LUN 16	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIPANTI / SPAGNOLO 1° LIVELLO / PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 17	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°-3° LIV.CONV./SCACCHI/ CORO GOSPEL /LA FISICA INTORNO A NOI/SARTORIA/CreAttivaMente/BURRACO/PINNACOLA
MER 18	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	BALLI DI GRUPPO 1°-2° LIV. / ASTROLOGIA / PITTURA OLIO-ACRIL. / TEATRO / FRANCESE 2° LIV. / TEDESCO 1° LIV.
GIO 19	BIGOTTERIA - BASE / SALSA IN RUEDA / BIGOTTERIA - INTERMEDIO / BODANZA / GRUPPO DI CAMMINO	BALLI DI SALA / BOCCCE /FRANCESE 1° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO / MAGIA E PRESTIDIGITAZIONE
VEN 20	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	POPOLI E DOMINIO - Storia dell'Imperialismo / PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / INGLESE 2° LIVELLO
SAB 21		LO SPORT DI VIVERE - incontro con il giornalista sportivo Carlo NESTI
LUN 23	GINNASTICA FUNZIONALE /COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 24	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1° E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1° E 3°LIV.CONV./ SCACCHI / CreAttivaMente / FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 25	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	PITTURA OLIO-ACRIL. / DELEDDA, MERINI, MARAINI /TEATRO / TEDESCO 1° LIV. / FRANCESE 2° LIV. / BALLI DI GRUPPO 1°- 2° LIV.
GIO 26	CALIGRAFIA :L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / BIGOTTERIA AVANZATO / SALSA IN RUEDA / BODANZA/GRUPPO DI CAMMINO	BOCCE / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO / SOCIOLOGIA
VEN 27	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	EDUCAZIONE CIVICA: "cittadinanza digitale" / PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / INGLESE 2° LIVELLO
SAB 28		FESTA DANZANTE DI CARNEVALE IN MASCHERA

# MARZO 2026

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
LUN 02	COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	BACHATA PRINCIP./ ALLA SCOPERTA DI S.AGOSTINO / SPAGNOLO 1° LIV./ Pittura su ceramica / decoupage
MAR 03	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°-3° LIV.CONV/SCACCHI/ CORO GOSPEL / FISICA INTORNO A NOI / SARTORIA / CreAttivaMente / BURRACO / PINNACOLA
MER 04	PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	BALLI DI GRUPPO 1°-2°LIV./ ASTROLOGIA / PITTURA OLIO-ACRIL./ TEDESCO 1° LIV./FRANCESE 2° LIV./ TEATRO / INCONTRO CON LA SINDACA
GIO 05	GRUPPO DI CAMMINO / BIGIOTTERIA - BASE / SALSA IN RUEDA / BIGIOTTERIA - INTERMEDIO / BIODANZA	DISEGNO ARTISTICO / SCRITTURA CREATIVA 3° LIVELLO / BALLI DI SALA / BOCCCE / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 06	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / POPOLI E DOMINIO - Storia dell'Imperialismo / PINNACOLA / Pittura ad acquerello avanzato
SAB 07		GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DONNA - evento in definizione
LUN 09	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	TERRA CHIAMA MARTE / BACHATA PRINCIPANTI / SPAGNOLO 1° LIVELLO / DECoupage / Pittura su ceramica
MAR 10	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°E 3° LIV.CONV/ SCACCHI / CreAttivaMente /FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 11	TENNIS TAVOLO / GINNASTICA FUNZ. / FILI-CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / PILATES / COMPUTER / VISITA STABILIM. THALES ALENIA	PITTURA OLIO-ACRIL./ DELEDDA, MERINI, MARAINI /TEATRO / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./ BALLI DI GRUPPO 1°- 2° LIV.
GIO 12	CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / BIGIOTTERIA - AVANZATO/SALSA IN RUEDA / BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO	BOCCCE / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO / POLICE VERDE 2 / DISEGNO ARTISTICO
VEN 13	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	EDUCAZIONE CIVICA "cittadinanza digitale" / PINNACOLA / Pittura ad acquerello avanzato / INGLESE 2° LIVELLO
DOM 15		POMERIGGIO CINEMA
LUN 16	GINNASTICA FUNZIONALE /COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO/PILATES	BACHATA PRINCIP./ PERCORSI DI CINEMA / SPAGNOLO 1° LIVELLO / Pittura su ceramica / decoupage
MAR 17	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°-3° LIV.CONV/SCACCHI/ CORO GOSPEL / FISICA INTORNO A NOI / SARTORIA / CreAttivaMente / BURRACO / PINNACOLA
MER 18	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	BALLI DI GRUPPO 1°-2° LIV./ ASTROLOGIA / PITTURA OLIO-ACRIL. / TEATRO / FRANCESE 2° LIV. / TEDESCO 1° LIV.
GIO 19	BIGIOTTERIA - BASE / SALSA IN RUEDA / BIGIOTTERIA - INTERMEDIO / BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO	BALLI DI SALA / BOCCCE / FRANCESE 1° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO / SCRITTURA CREATIVA 3° LIVELLO
VEN 20	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	POPOLI E DOMINIO - Storia dell'Imperialismo/PINNACOLA / Pittura acquerello avanz./INGLESE 2° LIVELLO
SAB 21	USCITA DIDATTICA CASTELL'ARQUATO-FONTANELLATO (PC)	
LUN 23	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIPANTI / SPAGNOLO 1° LIVELLO / DECoupage / Pittura su ceramica
MAR 24	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	INGLESE 1°E 3° LIV.CONV/ SCACCHI / CreAttivaMente /FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 25	TENNIS DA TAVOLO / PILATES / COMPUTER / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	PITTURA OLIO-ACRIL./ DELEDDA, MERINI, MARAINI /TEATRO / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./ BALLI DI GRUPPO 1°- 2° LIV.
GIO 26	CALLIGRAFIA :L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO/ BIGIOTTERIA- AVANZATO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO	BOCCCE / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO / SOCIOLOGIA
VEN 27	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	PINNACOLA / INTRODUZ."ALLA RICERCA DEL TEMPO PERDUTO" / Pittura ad acquerello avanzato / INGLESE 2° LIV.
LUN 30	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	SPAGNOLO 1° LIV./ BACHATA PRINCIP./ Pittura su ceramica / DECoupage / PERCORSI DI CINEMA
MAR 31	UNCINETTO MIX BASE -AVANZATO / QI GONG 1°E 2° TURNO // BACHATA AVANZATA IN RUEDA /FOTOGRAFIA DIGITALE	ENIGMISTICA/ CORO GOSPEL/ PINNACOLA / BURRACO / SARTORIA / CreAttivaMente / INGLESE 1°E 3°LIV. CONVERS./SCACCHI

# APRILE 2026

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
MER 01	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE /FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO	BALLI GRUPPO 1-2° LIV./ MEMORIE DI SETTIMO-CHIESE NELLA STORIA/PITTURA OLIO-ACRIL./ FRANCESE 2 LIV./TEDESCO 1 LIV./ TEATRO
GIO 02	GRUPPO DI CAMMINO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA	FRANCESE 1° LIVELLO / BALLI DI SALA / DISEGNO ARTISTICO / SCRITTURA CREATIVA 3° LIVELLO / BOCCHE
MAR 07	UNCINETTO MIX AVANZATO / UNCINETTO MIX BASE / BACHATA AVANZATA IN RUEDA / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO	INGLESE 1° E 3° LIV.CONV/ SCACCHI / CreAttivaMente /FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 08	COMPUTER / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / GINNASTICA FUNZIONALE / PILATES	PITTURA OLIO-ACRIL./ DELEDDA, MERINI, MARAINI /TEATRO / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./ BALLI DI GRUPPO 1°- 2° LIV.
GIO 09	BIGOTTERRIA - INTERMEDIO / GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERRIA - BASE / BIODANZA / SALSA IN RUEDA	SCRITTURA CREATIVA 3° LIVELLO / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / BOCCHE / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 10	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIV./ PITTURA ACQUERELLO AVANZATO / PINNACOLA / INTRODUZIONE "ALLA RICERCA DEL TEMPO PERDUTO"
LUN 13	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIP./ SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / PERCORSI DI CINEMA
MAR 14	UNCINETTO MIX BASE / UNCINETTO MIX AVANZATO / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	PINNACOLA/CORO GOSPEL/CreAttivaMente/BURRACO/SARTORIA/ ENIGMISTICA/INGLESE 1° E 3° LIV.CONV./SCACCHI
MER 15	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	BALLI GRUPPO 1-2° LIV./ MEMORIE DI SETTIMO-CHIESE NELLA STORIA/PITTURA OLIO-ACRIL./ FRANCESE 2 LIV./TEDESCO 1 LIV./ TEATRO
GIO 16	BIGOTTERRIA - AVANZATO / GRUPPO DI CAMMINO / CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA	DISEGNO ARTIST./BOCCHE / BALLI SALA / FRANCESE 1° LIV./ DIVERS. MUSICA: MOZART, MUSICISTI RUSSI/POLICE VERDE 2
VEN 17	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	ORIENTARSI: NUTRIZIONE E SICUREZZA ALIMENTARE /PITTURA ACQUERELLO AVANZ. / PINNACOLA /INGLESE 2° LIV.
SAB 18	USCITA DIDATTICA TOIRANO - LOANO (SV)	
LUN 20	GINNASTICA FUNZIONALE / YOGA DINAMICO 1° TURNO / COMPUTER / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIP./ INIZIATIVA ANPI / SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE
MAR 21	UNCINETTO MIX AVANZATO / UNCINETTO MIX BASE / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	INGLESE 1° E 3° LIV.CONV/ SCACCHI / CreAttivaMente /FILOSOFIA / BURRACO / PINNACOLA / CORO GOSPEL / SARTORIA
MER 22	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	PITTURA OLIO-ACRIL./ DELEDDA, MERINI, MARAINI /TEATRO / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./ BALLI DI GRUPPO 1°- 2° LIV.
GIO 23	BIGOTTERRIA - BASE / BIODANZA /SALSA IN RUEDA / BIGOTTERRIA - INTERMEDIO / GRUPPO DI CAMMINO	BALLI DI SALA / BOCCHE / DISEGNO ARTISTICO / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 24	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2° E 3° TURNO/ PILATES	ORIENTARSI: NUTRIZIONE E SICUREZZA ALIMENTARE /PITTURA ACQUERELLO AVANZ. / PINNACOLA /INGLESE 2° LIV.
LUN 27	GINNASTICA FUNZIONALE / COMPUTER / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / PILATES	BACHATA PRINCIPANTI / SPAGNOLO 1° LIVELLO / PITTURA SU CERAMICA / PERCORSI DI CINEMA / DECOUPAGE
MAR 28	UNCINETTO MIX BASE / UNCINETTO MIX AVANZATO / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	PINNACOLA/CORO GOSPEL/CreAttivaMente/BURRACO/SARTORIA/ ENIGMISTICA/INGLESE 1° E 3° LIV.CONV./SCACCHI
MER 29	COMPUTER / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	BALLI GRUPPO 1-2° LIV./ MEMORIE DI SETTIMO-CHIESE NELLA STORIA/PITTURA OLIO-ACRIL./ FRANCESE 2 LIV./TEDESCO 1 LIV./ TEATRO
GIO 30	CALLIGRAFIA: L'ARTE DELLO SCRIVERE A MANO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA / BIGOTTAVANZ. / GRUPPO DI CAMMINO	BOCCHE / BALLI DI SALA / DISEGNO ARTISTICO / FRANCESE 1° LIVELLO

# MAGGIO 2026

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
LUN 04	PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO	SPAGNOLO 1° LIV./ PITTURA SU CERAMICA / DECOUPAGE / BACHATA PRINCIP./ SPECCHIO DEI TEMPI
MAR 05	BACHATA AVANZATA IN RUEDA / UNCINETTO MIX AVANZATO / UNCINETTO MIX BASE / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO	PINNACOLA/CORO GOSPEL/Creattivamente/BURRACO/SARTORIA/ ENIGMISTICA /INGLESE 1°E 3°LIV.CON/SCACCHI
MER 06	PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	PITTURA OLIO-ACRIL./ DELEDDA, MERINI, MARAINI /TEATRO / TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./ BALLI DI GRUPPO 1°- 2° LIV
GIO 07	BIGOTTERIA - INTERMEDIO / SALSA IN RUEDA / BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERIA - BASE	BOCCE / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 08	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO / PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO
LUN 11	GINNASTICA FUNZIONALE / PILATES / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO	BACHATA PRINCIPIANTI / SPAGNOLO 1° LIVELLO / DECOUPAGE / PITTURA SU CERAMICA E PORCELLANA A 3° FUOCO
MAR 12	UNCINETTO MIX BASE / UNCINETTO MIX AVANZATO / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	Creattivamente / SARTORIA / CORO GOSPEL /PINNACOLA / BURRACO/INGLESE 1°-3° LIV.CON/ SCACCHI/ STORIE di DONNE
MER 13	PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	TEATRO / TEDESCO 1° LIV. / FRANCESE 2°LIV./ PITTURA OLIO-ACRIL./ INCONTRO CON LA SINDACA /BALLI DI GRUPPO 1 E 2° LIV.
GIO 14	SALSA IN RUEDA / BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERIA - AVANZATO	BOCCE / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 15	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO / INGLESE 2° LIVELLO/ SPECCHIO DEI TEMPI
SAB 16	USCITA DIDATTICA LECCO - ORRIDO DI BELLANO (Lago di Como)	
LUN 18	GINNASTICA FUNZIONALE / PILATES / YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO	BACHATA PRINCIPIANTI / SPAGNOLO 1° LIVELLO / PITTURA SU CERAMICA E PORCELLANA A 3° FUOCO / DECOUPAGE
MAR 19	UNCINETTO MIX BASE / UNCINETTO MIX AVANZATO / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO / BACHATA AVANZATA IN RUEDA	Creattivamente / SARTORIA / CORO GOSPEL /PINNACOLA / BURRACO/ INGLESE 1°-3° LIV.CON /SCACCHI/STORIE di DONNE
MER 20	PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE / TENNIS DA TAVOLO / FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO	TEATRO / FRANCESE 2° LIV. / TEDESCO 1° LIV. / PITTURA OLIO-ACRIL. / BALLI DI GRUPPO 1°E 2° LIV.
GIO 21	BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO / BIGOTTERIA - BASE / SALSA IN RUEDA / BIGOTTERIA - INTERMEDIO	BOCCE / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 22	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	PITTURA ACQUERELLO AVANZ./PINNACOLA / DIVERSAMENTE MUSICA: MOZART, MUSICISTI RUSSI / INGLESE 2° LIVELLO
LUN 25	YOGA DINAMICO 1° TURNO / YOGA DINAMICO 2° TURNO / GINNASTICA FUNZIONALE / PILATES	DECOUPAGE / PITTURA SU CERAMICA / SPAGNOLO 1° LIV./ BACHATA PRINCIPIANTI
MAR 26	BACHATA AVANZATA IN RUEDA / UNCINETTO MIX AVANZATO / UNCINETTO MIX BASE / QI GONG 1° TURNO / QI GONG 2° TURNO	INGLESE 1°E 3° LIV.CON/ SCACCHI /CORO GOSPEL /PINNACOLA / BURRACO / Creattivamente / SARTORIA
MER 27	TENNIS TAVOLO/FILI-CHIACCHIERE MAGLIA-RICAMO/GINNASTICA FUNZIONALE'/PILATES'	BALLI DI GRUPPO 1° E 2° LIV./ TEDESCO 1° LIV./ FRANCESE 2° LIV./ PITTURA OLIO - ACRIL. / TEATRO
GIO 28	SALSA IN RUEDA / BIGOTTERIA - AVANZATO / BIODANZA / GRUPPO DI CAMMINO	BOCCE / DISEGNO ARTISTICO / BALLI DI SALA / FRANCESE 1° LIVELLO
VEN 29	GINNASTICA FUNZIONALE / GINNASTICA DOLCE 1°-2°E 3° TURNO/ PILATES	INGLESE 2° LIVELLO/PINNACOLA / PITTURA AD ACQUERELLO AVANZATO

# GIUGNO 2026

(orari e dettagli consultabili in ogni singolo corso)

	MATTINO	POMERIGGIO
MER 03	FILI E CHIACCHIERE MAGLIA E RICAMO / TENNIS DA TAVOLO / PILATES / GINNASTICA FUNZIONALE	BALLI DI GRUPPO 1 <sup>o</sup> E 2 <sup>o</sup> LIVELLO / PITTURA OLIO – ACRIL./ FRANCESE 2 <sup>o</sup> LIV./ TEDESCO 1 <sup>o</sup> LIV. / TEATRO
GIO 04	SALSA IN RUEDA / BIGOTTERIA - BASE / BIGOTTERIA - INTERMEDIO / GRUPPO DI CAMMINO / BIODANZA	BOCCE
VEN 05		MOSTRA MANUFATTI E SAGGI DI FINE ANNO
SAB 06		CERIMONIA DI CHIUSURA ANNO ACCADEMICO. 2025 – 2026
DOM 07		SPETTACOLO TEATRALE GRUPPO TEATRE – Saggio di fine Anno Accademico

**CON IL SOSTEGNO DI:**



Via Regio Parco 80/a  
Settimo Torinese  
Via Italia 21  
Settimo Torinese  
[www.delvago.com](http://www.delvago.com)



Via Fantina 20/L - SETTIMO TORINESE



Associazione di promozione sociale

dal 2003 si occupa di promozione della salute, lotta allo stigma e inclusione sociale

Sede Legale: Vicolo della Torre 3  
Sede Operativa: Via Roma 20 / A  
[www.psicopoint.it](http://www.psicopoint.it)



# stilolinea®

WRITING INSTRUMENTS SINCE 1972



MADE IN ITALY TORINO

PURE ITALIAN DESIGN

[www.stilolinea.it](http://www.stilolinea.it)

Via Toscana, 26  
San Mauro Torinese (TO)



# DA BORELLO SUPERMERCATI SEI A CASA!



— I VALORI CHE CI GUIDANO OGNI GIORNO —



## CORTESIA

— quella del nostro team,  
sempre pronto a seguire e  
consigliare i nostri  
clienti con il sorriso! —



## AUTENTICITÀ

— della nostra insegna  
che vuole ricordare il  
valore della  
tradizione piemontese. —



## QUALITÀ

— dei prodotti, scelti con cura  
per garantirti solo il meglio.  
La storia dietro una firma, la  
passione di ognuno di noi. —





benedetto  
ottica

Vedi la vita con nuovi occhi!  
Crediamo che ogni età sia quella giusta per  
vedere il mondo in tutta la sua bellezza