



# MUNICIPIO 2



nell'ambito delle attività programmate per i Centri di Aggregazione Multifunzionali  
ed in collaborazione con Le Macchine Celibi soc.coop.  
organizza

## CAM MARTESANA

### LUNEDÌ

STRETCHING MUSCOLARE	9:00/10:00
PILATES	10:00/11:00
YOGA GYM	11:00/12:00

### MARTEDÌ

GINNASTICA DOLCE	16:00/17:00
PILATES	17:00/18:00
DANZA CREATIVA	18:00/19:00

### MERCOLEDÌ

GINNASTICA DOLCE	10:30/11:30
GINNASTICA POSTURALE	11:30/12:30

RIALLINEAMENTO COLONNA	14:30/15:30
TOTAL BODY	15:30/16:30
GAG	16:30/17:30

### GIOVEDÌ

STRETCHING MUSCOLARE	9:00/10:00
PILATES	10:00/11:00
YOGA GYM	11:00/12:00

GINNASTICA DOLCE	16:00/17:00
PILATES	17:00/18:00
DANZA CREATIVA	18:00/19:00

## CAM TURRO

### LUNEDÌ

SPAGNOLO BASE	9:30/10:30
SPAGNOLO AVANZATO	10:30/11:30
BIGIOTTERIA	14:00/16:00

### MARTEDÌ

INGLESE BASE	9:30/10:30
INGLESE INTERMEDIO	10:30/11:30
INGLESE AVANZATO	11:30/12:30
CORSO DI DECORAZIONE	14:00/16:00

TAI CHI	9:30/10:30
TABLET E SMARTPHONE	10:30/11:30
PC AVANZATO	11:30/12:30

### MERCOLEDÌ

TECNICA DEL DISEGNO	9:00/11:00
ACQUERELLO BASE	11:00/13:00
DIALETTO MILANESE	15:00/17:00

### GIOVEDÌ

SPAGNOLO BASE	9:30/10:30
SPAGNOLO intermedio	10:30/11:30
CUCITO CREATIVO	9:30/12:30
RISVEGLIO MUSCOLARE	9:30/10:30
STRETCHING E YOGA	10:30/12:00
SCRITTURA CREATIVA	14:00/16:00
YOGARTE-ZENTANGLE	14:30/16:00

LUNEDÌ		
MINDFULNESS	su piattaforma ZOOM	15:30/17:00

MARTEDÌ		
BURRACO E GIOCHI DI CARTE		15:00/17:00

## CAM CATTABREGA

### MARTEDÌ

GINNASTICA ANTALGICA	9:30/10:30
PILATES	10:30/11:30
PILATES	11:30/12:30

### MERCOLEDÌ

YOGA	9:00/10:00
YOGA PER GLI OCCHI	10:00/11:00
GYN YOGA	11:00/12:00

### VENERDÌ

GINNASTICA ANTALGICA	9:30/10:30
PILATES	10:30/11:30
PILATES	11:30/12:30

### LUNEDÌ E VENERDÌ

TAGLIO E CUCITO	10:00/16:00
-----------------	-------------

## CAM SANT'UGUZZONE

### MARTEDÌ

SPAGNOLO B.	15:00/16:00
SPAGNOLO AV.TO	16:00/17:00

### MERCOLEDÌ

INGLESE BASE	9:30/10:30
INGLESE INTERMEDIO	10:30/11:30
INGLESE CONVERSAZIONE	11:30/12:30

### GIOVEDÌ

TECNICA DI DISEGNO	9:00/11:00
ACQUERELLO BASE	11:00/13:00
CHITARRA INTERMEDIO	16:00/17:00
CHITARRA BASE +11anni	17:00/18:00
CHITARRA AV.TO	18:00/16:00

L'Assessora al Rapporto con  
CAM e CSRC  
Donatella Ronchi

[CAM.CSRC@GMAIL.COM](mailto:CAM.CSRC@GMAIL.COM)

Il Presidente del Municipio 2  
Simone Locatelli

[comune.milano.it/municipio2](http://comune.milano.it/municipio2)