

Scuola Ricchino · Rovato, via Ettore Spalenza, 27

Restauro avanzato

GIANPIETRO COSTA

Continua l'apprendimento e l'applicazione pratica per la conoscenza dei materiali e delle tecniche base per il restauro conservativo di manufatti lignei. Esecuzione materiale.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 20/23

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 12 persone.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme. dalle ore 8.30 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

Movida Fitness

ETTORE FORESTI

Mix di passi base Zumba e Aerobica al femminile per tonificare la muscolatura. Portare materassino e antiscivolo.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 16.30/17.30

10 incontri: € 40,00.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Pilates - mattina

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviamo i problemi posturali regalando benessere. Serve materassino e calze antiscivolo.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 9/10 · 10 incontri: € 40,00.

Psicomotricità per bimbi

MARIANNA IMPERADORI

Attraverso il gioco e il divertimento insegnamo a stare nel gruppo, la coordinazione, la flessibilità, l'autonomia e la consapevolezza del proprio corpo e delle proprie possibilità per bimbi dai 3 agli 8 anni.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 17.30/18.30

10 incontri: € 40,00.

Pal. Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Laboratorio di lettura creativa

SIMONA ROSA

... "IL TEATRO È POESIA CHE ESCE DA UN LIBRO PER FARSI UMANA." L'incontro tra le parole e il corpo, per inventare nuovi atti d'amore... verso sé stessi. Tecniche di lettura ed esercizi teatrali sia per principianti, sia per coloro che hanno già esperienza. Vestiti comodi e tappetino.

Dal 12 ottobre al 30 novembre · ore 20.15/22.15

8 incontri: € 50,00 - Max 18 persone.

VENERDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Tedesco intermedio 1

BEATRICE DE CARLI

Il corso è rivolto a chi ha già acquisito alcuni elementi base della lingua e intende proseguire nello studio e nell'esercitazione, attraverso la lettura e la conversazione.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 18/19.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Finanza biblica

MAURO FARINA

"Gli antichi sentieri di Dio per il successo finanziario"... quando la finanza incontra la Bibbia nasce il miglior investimento che TU possa fare per raggiungere la libertà finanziaria (unico in Italia).

Dal 6 ottobre al 3 novembre · ore 20/22

5 incontri: € 40,00. Max 10 persone.

LICEO «LORENZO GIGLI» · Rovato, via Europa, 2

Informatica I° livello

ENRICO BUFFOLI

Introduzione all'utilizzo dei computers. L'elaboratore dei testi Microsoft Word. Navigazione in internet e utilizzo del servizio mail.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 14/16

10 incontri: € 60,00. Max 15 persone.

Informatica II° livello

ENRICO BUFFOLI

Applicazioni Google, Facebook e Twitter. Fogli di calcolo Excel e presentazioni con Power Point. Siti per prenotazione viaggi e pernottamenti e altre utilità a scelta dei partecipanti.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 16/18

10 incontri: € 60,00. Max 15 persone.

ACQUARÈ PISCINA DI ROVATO · via Franciacorta, 1

Piscina

PISCINA SPAZIO SPORT

Per nuotare e fare ginnastica in modo dolce.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 15/15.50

10 incontri: € 50,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme. dalle ore 8.30 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

Bioenergetica

GIANLUIGI GALANTI

Ginnastica psicocorporea indicata per chi vuole prendersi cura di sé, ascoltarsi, conoscersi e contattare le proprie emozioni, scaricare le tensioni fisiche ed emotive per accrescere la vitalità, l'autostima ed il benessere generale. Portare materassino e antiscivolo.

Dal 6 ottobre al 15 dicembre · ore 17.30/19

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

Biblioteca SABEO · Chiari, v.le Mellini, 2

Laboratorio di lettura creativa

SIMONA ROSA

"Ti faccio un dono...ti leggo un libro..."

Alla scoperta del meraviglioso mondo della lettura, la voce, il corpo, lo spazio e la possibilità di esprimere emozioni e sentimenti, prendono forma con le sembianze di un personaggio ma che danno valore e autenticità al cuore di chi racconta tra tecniche e svago, tra letture spettacolari e linguaggio del corpo.

3/10/17 novembre - 1 dicembre · ore 20.30/22.30

4 incontri: € 40,00 - Max 18 persone.

SABATO

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Inglese base 2

BEATRICE DE CARLI

Corso adatto per chi ha già frequentato il base 1 e per i "falsi principianti". Si proporrà un veloce ripasso dei primi elementi grammaticali e il proseguimento dello studio con relativa esercitazione tramite lettura e conversazione.

Dal 7 ottobre al 9 dicembre · ore 8.45/10.15

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Inglese intermedio 1

BEATRICE DE CARLI

Consigliato a chi, avendo acquisito i primi elementi della lingua, intende proseguirne lo studio e rafforzare le proprie competenze nella conversazione.

Dal 7 ottobre al 9 dicembre · ore 10.30/12

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Le ISCRIZIONI agli incontri si effettuano presso la sede AUSER di via Ettore Spalenza, 8 - Rovato, cell. 335 6309678, a partire da lunedì 4 a sabato 16 settembre con i seguenti orari: lunedì, venerdì e sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.00; martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 15.00 alle ore 17.00. È necessario essere in regola con il tesseramento AUSER 2017: la tessera costa € 8. La tessera di socio è necessaria per ogni iniziativa AUSER. Portare il codice fiscale al momento del tesseramento. Il Direttivo si riserva di far partire il corso solamente al raggiungimento di un minimo di 10 iscritti.

SI PREGA DI RISPETTARE IL TERMINE DI ISCRIZIONE DEL 16 SETTEMBRE.

GITE - VIAGGI - INIZIATIVE VARIE

Verranno comunicati durante lo svolgimento dei corsi e contemporaneamente saranno visualizzabili sul sito di Auser Rovato

INFORMAZIONI E PROGRAMMI DETTAGLIATI DI QUESTE ED ALTRE INIZIATIVE:

AUSER INSIEME ROVATO

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8 - Cell. 335.6309678

e-mail: auserinsieme.rovato@libero.it

clickare su Google: Auser Rovato e avrete periodicamente altre informazioni



www.new038gymfamilycenter.it • f newzerotrentotto



AUSER INSIEME ROVATO "UNIVERSITÀ DELLA LIBERETÀ"

Rovato - Via Ettore Spalenza, 8
Tel. 030.7722680 - Cell. 335.6309678

in collaborazione con il

COMUNE DI ROVATO
Assessorato alla Pubblica Istruzione

propone

Opportunità di incontro.

“a chi non ha l'età per la scuola ma ha conservato curiosità ed interessi, desiderio di conoscenza e di relazione con gli altri,”

SOSTIENI IL FILO D'ARGENTO
CON IL 5x1000: C.F. 97321610582

AUTUNNO 2017

LUNEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Comunicazione e Autostima

ERICA SIRANI

Un percorso alla scoperta e all'ascolto di sé per aprirsi alla comunicazione con l'altro.

Dal 2 ottobre al 6 novembre · ore 20.30/22

6 incontri: € 40,00.

Cucito - serale

FRANCA RIZZO

Per chi vuole avvicinarsi al cucito ed anche a chi vuole perfezionare ciò che già conosce del cucito.

Dal 2 ottobre al 4 dicembre - Sala CAI · ore 20.30/22.30

10 incontri: € 55,00. Max 10 persone.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

HataYoga - pomeriggio

SILVIA PARMIGIANI

L'individuo trova in sé la capacità di ascoltare e riscoprire ogni più piccola parte del proprio corpo, attraverso posizioni fisiche (ASANA). Diventandone consapevole sentirà gli squilibri fisici ed energetici nel proprio corpo e attraverso il movimento riporterà a sua volta equilibrio e benessere. Portare materassino e antiscivolo.

Dal 2 ottobre al 4 dicembre · ore 15.30/16.30

10 incontri: € 40,00.

Ginnastica per l'intimo benessere

MICHELA MARINI

Ginnastica al femminile per rafforzare la muscolatura e per un benessere complessivo corpo-mente. Portare materassino e calze antiscivolo.

Dal 2 ottobre al 4 dicembre · ore 17/18 · 10 incontri: € 40,00.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Danza del ventre

ZULEIKA PELUSO

Questa danza è fonte di benefici fisici in quanto armonizza e rafforza la muscolatura complessiva del corpo della donna, rilassa la mente, esalta la femminilità, procura autostima e fiducia in se stesse.

Dal 2 ottobre al 4 dicembre · ore 17/18

10 incontri: € 40,00.

MARTEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Psicologia

MICHELE VENNI

Gli animali comunicano soprattutto con il corpo. L'uomo anche con il linguaggio e la scrittura. Ma molti dei nostri messaggi viaggiano ancora con il corpo: impariamo a conoscerli, leggerli, interpretarli ed utilizzarli con intelligenza.

Dal 3 ottobre al 21 novembre · ore 20/21.30

8 incontri: € 45,00.

Parliamo di libri. Circolo di lettura

EBE RADICI

Commentare un libro, confrontarsi, stare insieme. Proposte di letture e di autori. Lettura collettiva di un breve racconto.

11 ott - 7 nov - 12 dic - 9 gen - 6 feb - 13 mar - 10 apr - 15 mag · ore 14.30/16.30

8 incontri: € 20,00.

Filo e forbici base

FRANCA RIZZO

Per chi vuole avvicinarsi al cucito ed anche a chi vuole perfezionare ciò che già conosce del cucito.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre - Sala CAI · ore 9/12

10 incontri: € 60,00. Max 10 persone.

Filo e forbici avanzato

FRANCA RIZZO

Dedicato a chi ha già frequentato corsi di base.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre - Sala CAI · ore 14.30/17.30

10 incontri: € 60,00. Max 10 persone.

Palestra New38 family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

Qi Gong della Salute

LINA GIULIANA PECCI

Basata su tecniche elementari di Qi Gong (Arte di nutrire la vita attraverso il respiro). Per abbassare i livelli di stress e accrescere il benessere psicofisico. Portare materassino e antiscivolo.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 9/10 · 10 incontri: € 40,00.

FORO BOARIO · Rovato, piazza Garibaldi

Camminiamo insieme

SOCI AUSER

Partiamo dal piazzale Foro Boario, camminiamo, chiacchieriamo... ci tonifichiamo nel fisico e nello spirito... e stiamo bene insieme.

dalle ore 8.30 (8 orario estivo)/9.30 - Solo tessera.

Ginnastica posturale

CHIARA INVERARDI

Attività a corpo libero mirata a correggere la postura con fasi di stretching statico per il benessere delle articolazioni.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 15/16

10 incontri: € 40,00.

Laboratorio di meditazione

TIZIANA MARCHETTI

Sperimentando diverse tecniche meditative si può imparare ad essere presenti e consapevoli dando stabilità alla mente, tranquillità al corpo ed espansione alla coscienza. Materassino e antiscivolo.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 17.30/18.30

10 incontri: € 40,00.

Scuola Ricchino · Rovato, via Ettore Spalenza, 27

Restauro base

GIANPIETRO COSTA

Apprendimento di base e applicazione pratica per la conoscenza dei materiali e delle tecniche base per il restauro conservativo di manufatti lignei. Esecuzione materiale.

Dal 3 ottobre al 5 dicembre · ore 20/23

10 incontri: € 60,00 + acquisto materiale. Max 12 persone.

MERCOLEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Storia dell'arte

ERICA SIRANI

Il Rinascimento maturo: Manierismo e dintorni.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 15/16.30

10 incontri: € 50,00.

Inglese avanzato 1

CRISTINA GUAZZETTI

Il corso è rivolto a chi ha già frequentato corsi di livello intermedio e in generale a chi ha già dimestichezza con la lingua inglese.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 18/19.30

10 incontri: a 50,00 + acquisto libro.

Inglese intermedio 2

CRISTINA GUAZZETTI

Il corso si rivolge a chi ha già frequentato inglese intermedio 1 e in generale a chi ha già una conoscenza di base della lingua inglese e delle principali strutture grammaticali. Affronteremo e approfondiremo grammatica e lessico, cercando di dare spazio alla conversazione e all'uso della lingua viva.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Inglese avanzato 1

BEATRICE DE CARLI

Indicato per coloro che hanno già appreso i principali elementi della lingua e desiderano consolidarli e proseguire nello studio della grammatica e del lessico, esercitandosi anche nella lettura, comprensione e conversazione.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre - Sala CAI · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Biblioteca Comunale, Rovato · C.so Bonomelli, 37

Elastica...mente

SILVIA NEZOSI E FRANCESCA GHEZA

Incontri teorico-pratici di ginnastica mentale (over 50) per scoprire come funziona il nostro cervello, imparare ad allenarlo e conoscere alcune strategie per sfruttarlo al meglio.

4/11/18/25 ottobre - 8/15 novembre · ore 20.30/21.30

6 incontri: € 30,00.

Palestra New038 Family Center · Via Franciacorta, 1 c/o Piscine

HataYoga - mattino

SILVIA PARMIGIANI

L'individuo trova in sé la capacità di ascoltare e riscoprire ogni più piccola parte del proprio corpo, attraverso posizioni fisiche (ASANA). Diventandone consapevole sentirà gli squilibri fisici ed energetici nel proprio corpo e attraverso il movimento riporterà a sua volta equilibrio e benessere. Portare materassino e antiscivolo.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 10/11

10 incontri: € 40,00.

Mamma Fit

MARIANNA IMPERADORI

Corso di tonificazione per le mamme insieme al loro bambino (dai 3 ai 12 mesi di età), possibile svolgerlo con marsupio o con passeggino.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 11/12

10 incontri: € 40,00.

Pilates - pomeriggio

OTTAVIO FRANZONI

Mobilità, elasticità e tonificazione: tre componenti fondamentali che aumentano il tono muscolare e alleviano i problemi posturali regalando benessere. Serve materassino e calze antiscivolo.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 16.30/17.30

10 incontri: € 40,00.

Pal. Sonzogni · C.so Bonomelli, 22

Inglese base 1

CRISTINA GUAZZETTI

Per chi vuole avvicinarsi alla lingua inglese.

Dal 4 ottobre al 13 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

GIOVEDÌ

Sede AUSER · Rovato, via Ettore Spalenza, 8

Filosofia

IONE BELOTTI

Lo Stoicismo: alternativa occidentale al Buddhismo?

Dal 5 ottobre al 2 novembre · ore 14.30/16.30

5 incontri: € 40,00.

Inglese avanzato 2

ROBERTA MARANESI

Il corso si rivolge a chi ha già frequentato inglese avanzato 1 e in generale a chi ha già una conoscenza di livello intermedio della lingua inglese, del lessico, delle strutture lessicali e grammaticali. Ampio spazio sarà dedicato alla conversazione, alla simulazione di situazioni tipo e all'utilizzo di materiali reali.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 20/21.30

10 incontri: € 50,00 + acquisto libro.

Cucito creativo

IVANA FERRARI

Utilizzando materiali di recupero realizziamo simpatiche creazioni o poniamo rimedio a macchie smacchiabili.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre - Sala CAI · ore 14.30/16

10 incontri: € 50,00. Max 10 persone.

Auditorium Scuola Media

Ginnastica dolce

NADIA ZELASCHI

Avere cura del proprio corpo con tecniche di rilassamento e attività motoria adatta alle persone che vogliono fare ginnastica dolce. Portare materassino.

Dal 5 ottobre al 7 dicembre · ore 15.30/17

10 incontri: € 50,00. Max 20 persone.