Presentazione gratuita corsi

Sabato 12 settembre

ORARI	ATTIVITÀ	INSEGNANTE	SALA
10:30 - 12:00	Ki Aikido	Roberto Vidotti	A
10:30 - 12:00	Danza classica	Marco Sbarzagli	B
10:30 - 12:00	Ossa per la vita	Pierpaola Guccini	D
11:00 - 12:00	Yoga dinamico	G. Gamberini - S. Ramazzotti	C
11:00 - 12:00	Svezzamento	Sara Bugli	E
12:00 - 13:30	Tantric rebirthing	Paolo Pozzati	A
12:00 - 13:00	Floor work	Marco Sbarzagli	B
12:00 - 13:30	Pilates	Alessandro Fattorini	C
12:00 - 13:00	Sheng Kong	Rita Casadei	D
12:00 - 13:30	Benessere in movimento	Staff Sport Natura	E
15:00 - 16:30	Judo ragazzi e adulti	Pino Cuscini	A
15:00 - 16:30	Danza movimento terapia	Anna Russo	B
15:00 - 16:30	Yoga therapy	Simonetta Cinelli	C
15:00 - 16:30	Spada giapponese	Rita Casadei - Mauro Marini	D
15:00 - 16:30	Scuola operatore del massaggio olistico	Maurizio Mioli	E
16:30 - 17:30	Judo bambini	Pino Cuscini	A
16:30 - 18:00	Zen	Tenzan Alessandro Mattioli	B
16:30 - 18:00	Biodanza e movimento integrante	Laura Jacopino - Maurizio Mioli	C
16:30 - 17:30	Yoga posturale	G. Gamberini - C. Magagni - E. Tassinari	D
18:00 - 19:30	Scuola di Shiatsu	Araba Fenice	A
18:00 - 19:30	Danza mediorientale	Maria Martinez	B
18:00 - 19:30	Pilates	Alessandro Fattorini	C
18:00 - 19:30	Bastone cinese e Qi Gong	Marco Mazzarri	D
18:00 - 19:30	Training autogeno	Sabrina Donati	E

Domenica 13 settembre

10:00 - 12:00	Hatha Yoga	Scuola di Yoga Centro Natura	D
10:30 - 12:00	Floor work	Marco Sbarzagli	B
10:30 - 12:00	Ginnastica posturale	Silvia Nannetti	C
12:00 - 13:00	Cardio	Pino Cuscini - Pierpaola Guccini	A
12:00 - 13:30	Danza classica	Marco Sbarzagli	B
12:00 - 13:30	Pilates	Marta Miniucchi	C
12:00 - 13:30	Meditazione corpo-mente consapevole	Gianfranco Bertagni	D
15:00 - 16:00	Danza gioco movimento 4/5 e 6/8 anni	Nicoletta Mastroianni	A
15:00 - 16:00	Pancafit®	Marta Monzù - Giovanni Borda	B
15:00 - 16:30	Danze sacre di Gurdjieff	Silvia Nannetti	C
15:00 - 16:30	Yoga dolce	Daniela Lodi	D
15:00 - 16:30	Yoga gravidanza e baby yoga	Barbara Donati	E
16:30 - 18:00	Feldenkrais®	Silvia Nannetti	A
16:30 - 17:30	Pancafit®	Marta Monzù - Giovanni Borda	B
16:30 - 18:00	Pilates	Edoardo Fabbri	C
16:30 - 18:00	Kung Fu	Davide Milazzo	D
16:30 - 18:00	Origami	Federico Scalambra	E
16:30 - 18:00	Erboristeria	Alfredo Morri	F
18:00 - 19:30	Ki Aikido	Roberto Vidotti	A
18:00 - 19:30	Danza mediorientale	Nicoletta Mastroianni	B
18:00 - 19:30	Tai Ji Quan	Rita Casadei	C
18:00 - 19:30	Autostima e pensiero creativo	Laura Villanova	D
18:00 - 19:30	College di neuro-training	Fabrizio Leo	E
18:00 - 19:30	Corsi di cucina naturale	Pina Siotto	F

Il programma può subire variazioni

Stampato su carta Fedrigoni Symbol™ Freelife Satin di pura cellulosa ecologica E.C.F. (elemental chlorine free)

Progetto grafico: Nannini&Tonna. Foto: Piero Casadei + Archivio Centro Natura e Carlo Magri.

Presentazione corsi 2015/2016

Sabato 12 e domenica 13 settembre 2015

- **Una cinquantina i corsi da provare gratuitamente nelle due giornate: scopri quello giusto per te.**
- **A pranzo concediti una pausa all'insegna del gusto e della salute con i piatti del ristorante biologico vegetariano, tante le proposte vegane.**
- **Nei pomeriggi merenda offerta dal ristorante.**
- ***Tocchi di verde* è il titolo della cena a tema del sabato sera.**

Inoltre

- **Sana City di Eco Bio. Da venerdì 11 a sabato 19 numerosi gli appuntamenti presso la nostra sede: *Indovina l'ingrediente - Stuzzicalibri - Aperitivi* e, in occasione della "Settimana europea della mobilità sostenibile", *Alimentazione a due ruote, Frullando in bicicletta* che prevede la cena a tema *CHOOSE, CHANGE, COMBINE: do the right mix* e lo spettacolo *Intervento comicamente sostenibile*.**
- **Sana. Da sabato 12 a martedì 15 saremo presenti allo stand della Camera di Commercio nel padiglione 34.**
- **Per informazioni: info@centronatura.it**

Visita **www.centronatura.it**

per essere aggiornato in tempo reale su corsi, incontri, servizi del centro.

centro natura
benessere naturale

a cura di
sport natura soc. sport. dil. a.r.l. u.s. - via degli Albari, 4/a - 40126 Bologna
tel. 051 235643 - 051 22 3331 - fax 051 6565790