



Anabasi arteinmovimento
associazione culturale per la diffusione di Danza, Musica, Teatro

ORARIO LEZIONI SETTIMANALI

**per una formazione
danzante musicale teatrale
studio, ascolto, pratica, ricerca, creazione, espressione, condivisione**

Tel. 02 49435121 – 3398489670 mail info@anabasi.org

LUNEDI

10,00-11,00 **"Giardino danzante"**, dal gesto alla danza *Roberta Cavicchioli*
18,00-19,00 **Pilates matwork e allenamento posturale, livello base** dal 18 gennaio
19,15-20,00 **Fit-ball Pilates, corpo elastico e tonico**
20,00-22,30 **Laboratorio teatro, magico gioco.** *Ranjani Cristina Sole (da febbraio)*

MARTEDI

13,00-14,00 **Danzainmovimento, dal corpo alla danza** *Roberta Cavicchioli* dal 26 gennaio
17,45-19,00 **Danza classica e danza Bharata Natyam avviamento dai 9 anni**, *R. Cavicchioli*
19,00-20,30 **Hara Yoga** *Gita Isabella Fontemaggi*

MERCOLEDI

13,15-14,00 **Pilates con piccoli attrezzi e corpo libero**
19,00-20,00 **Danzainmovimento, dal corpo alla danza** *Roberta Cavicchioli* dal 26 gennaio
20,00-21,00 **Avviamento al teatrodanza Bharata Natyam e spazio pratica** *Roberta Cavicchioli*

GIOVEDI'

12,50-14,05 **Danza classica adulti**, *Valentina Brembilla*
16,15-17,00 **Movimento creativo, bambine-i 3-5 anni**, *Valentina Brembilla*
17,00-18,00 **Propedeutica alla danza, bambine-i 6-9 anni** *Valentina Brembilla*
18,10-19,10 **Danza classica, dai 9 anni** (dopo i 3 anni di propedeutica) *Valentina Brembilla*
19,10-20,10 **Sbarra a terra e elementi di danza classica adulti** *Valentina Brembilla*
20,10-22,40 **Danza storica, avanzati e principianti** *Camilla Piscopo*

VENERDI

13,15-14,00 **Pilates, corpo in movimento**
17,15-18,15 **Bansuri e musica dell'India, bambini dai 9 anni** *Igor Orifici (da febbraio)*
18,30-21,00 **Bansuri e musica dell'India, principianti e avviati adulti** *Igor Orifici (da febbraio)*

SABATO

13,15-14,00 **Danza classica e tecniche propedeutiche al teatrodanza indiano** *R. Cavicchioli*
14,00-16,00 **Laboratorio Teatrodanza Bharatanatyam tecnica e repertorio** *Monica Gallarate*
16,00-18,30 **Laboratorio coreografico, approfondimento e perfezionamento repertorio individuale di Bharata Natyam** (su richiesta alla maestra) *Monica Gallarate*

E' necessaria l'iscrizione all'associazione culturale "Anabasi arteinmovimento"

Anabasi arteinmovimento Via Casale 3/A Milano

Tel. 02 49435121 – 3398489670 info@anabasi.org www.anabasi.org