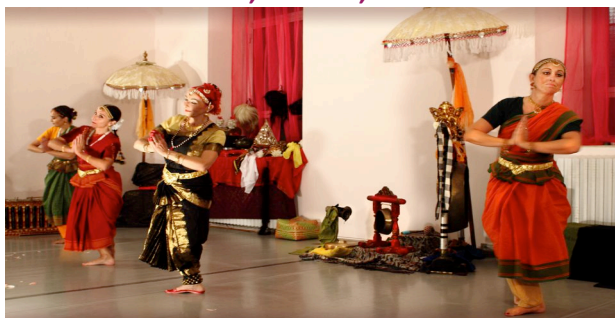




**Anabasi arteinmovimento**  
**associazione culturale per la diffusione di**  
**Danza, Musica, Teatro**



**Prossimi appuntamenti**

Cari associati,

Vi segnaliamo i prossimi appuntamenti con le **lezioni aperte settimanali di gruppo** di danza, teatrodanza e tecniche di allenamento, **dal 20 al 25 gennaio**.

**Sabato 18 alle ore 16,45** lezione aperta di **teatrodanza Bharata Natyam per bambini**.

E' necessaria la **prenotazione** ai numeri **02 49435121 – 3398489670** o scrivere a **[info@anabasi.org](mailto:info@anabasi.org)**

**Sabato 25 gennaio** dalle ore 10 alle 13 ci sarà uno **stage di flauto Bansuri** condotto dal musicista Igor Orifici dell'associazione L'Albero Baniano. Per informazioni: 3398489670 (Anabasi), 3774388814 (Igor Orifici). Lo stage è aperto a tutti.

I prossimi appuntamenti con il laboratorio di **Mitologia attiva**, Miti indiani, condotti da Monica Gallarate saranno **domenica 16 febbraio** e **domenica 16 marzo**. A breve i comunicati.

**Orario settimanale lezioni di gruppo**

<b>LUNEDI'</b>	17,00-18,00 <b>Crescere con la danza, bambini 3-5 anni</b> con <i>Valentina Bellinaso</i> 19,15-20,00 <b>Fit-ball Pilates</b> (con la palla grande) e <b>tecniche di allenamento posturale</b>
<b>MARTEDI'</b>	12,45-13,45 <b>Danza classica adulti</b> con <i>Valentina Brembilla</i> 16,15-17,00 <b>Movimento creativo, bambini 3-5 anni</b> con <i>Valentina Brembilla</i> 17,15-18,15 <b>Propedeutica alla danza, 2°-3° anno, bambini 6-9 anni</b> con <i>V. Brembilla</i> 18,45-19,30 <b>Sbarra a terra (sequenze per tutto il corpo, per tutti)</b> con <i>Valentina Brembilla</i> 19,30-20,30 <b>Introduzione alla danza per adulti</b> con <i>Roberta Cavicchioli</i>
<b>MERCOLEDI'</b>	13,15-14,00 <b>Pilates, con piccoli attrezzi</b> 19,30-20,30 <b>Tango argentino principianti</b> con <i>Makiko Mori e Carlo Feller</i> 20,30-22,00 <b>Tango argentino intermedi</b> con <i>Makiko Mori e Carlo Feller</i>
<b>GIOVEDI'</b>	13,00-14,00 <b>Danza classica adulti, sbarra a terra e tecnica punte</b> con <i>Valentina Brembilla</i> 19,00-20,00 <b>Labo.: tecnica e improvvisazione creativa sulla musica</b> con <i>R. Cavicchioli</i>
<b>VENERDI'</b>	13,15-14,00 <b>Fit-ball e matwork Pilates</b> 18,00-19,00 <b>Training per il "Corpo danzante"</b> open con <i>Roberta Cavicchioli</i> 19,00-20,00 <b>Ripasso repertorio Danza classica indiana</b> aperto a tutte le allieve, autogestito
<b>SABATO</b>	13,30-15,30 <b>Bharata Natyam , Teatro Danza dell'India del sud, open</b> con <i>M. Gallarate</i> 15,30-16,30 <b>Repertorio Bharata Natyam</b> con <i>Monica Gallarate</i> 16,45-17,30 <b>Propedeutica alla Danza Bharata Natyam bambini</b> con <i>Monica Gallarate</i>