



## MOVIMENTO E BENESSERE

### GINNASTICA ANTALGICA

Istruttore: **Giuseppe Lanfrè**  
lunedì e giovedì

1° turno 9 -10 / 2° turno 10-11 / 3° turno 11-12

Iscrizione annuale: 35 euro

Quote di frequenza per **RESIDENTI**: BISETTIMANALE 105 euro/trimestre - MONOSETTIMANALE 75 euro/trimestre

Quote di frequenza per **NON RESIDENTI**: BISETTIMANALE 120 euro/trimestre - MONOSETTIMANALE 90 euro/trimestre

### PILATES MATWORK

Istruttore: **Laura Tresoldi**  
mercoledì

1° turno 9.30-10.30 / 2° turno 10.30-11.30

Iscrizione annuale: 35 euro

Quote di frequenza per **RESIDENTI**: MONOSETTIMANALE 90 euro/trimestre

Quote di frequenza per **NON RESIDENTI**: MONOSETTIMANALE 114 euro/trimestre



**SKA Revolution SSD** - Numero di telefono: 3755044951/3406013817 Email: skarevolution2022@gmail.com

Prova gratuita durante una qualsiasi lezione del corso - Possibili iscrizioni in loco

**INIZIO CORSI 8 SETTEMBRE 2025**

### GINNASTICA DOLCE

Istruttore: **Clara Lampertico**  
martedì e venerdì

1° turno 14-15 / 2° turno 15-16

### PILATES PICCOLI ATTREZZI

Istruttore: **Maura Molignani**  
sabato

1° turno 9.30-10.30 / 2° turno 10.30-11.30

### YOGA DOLCE

Istruttore: **Antonella Profeta**

martedì 18.30-19.40    venerdì 10.00-11.10

Quote di frequenza

**RESIDENTI** MONOSETTIMANALE 148 euro/trimestre

BISETTIMANALE 261 euro/trimestre

**NON RESIDENTI**: MONOSETTIMANALE 164 euro/trimestre

BISETTIMANALE 290 euro/trimestre

Numero di telefono: 370 313 20 46

Email: [yogaterraeciolo@gmail.com](mailto:yogaterraeciolo@gmail.com) sito: [www.yogaterraeciolo.it](http://www.yogaterraeciolo.it)

Prova gratuita martedì 9 settembre e durante una qualsiasi

lezione del corso - Possibili iscrizioni in loco



**INIZIO CORSI 16 SETTEMBRE 2025**

### PILATES MATWORK

Istruttore: **Natalia Machi**

**BASE** venerdì 17.30-18.30  
**INTERMEDIO** venerdì 18.30-19.30

Quote di frequenza

**RESIDENTI** MONOSETTIMANALE 108 euro/trimestre

**NON RESIDENTI** MONOSETTIMANALE 120 euro/trimestre

Numero di telefono: 339 116 26 58

Email: [nataliamachi@gmail.com](mailto:nataliamachi@gmail.com)

Prova gratuita venerdì 26 settembre e durante una qualsiasi

lezione del corso - Possibili iscrizioni in loco

**INIZIO CORSI 3 OTTOBRE 2025**

### DANZA DI COPPIA: ballo liscio, latino americano, caraibico, tango argentino

Istruttore: **Giuseppe Sanfilippo**

lunedì e giovedì

1° turno 17.30-18.30 / 2° turno 18.30-19.30

Iscrizione annuale: 20 euro

Quote di frequenza: **RESIDENTI** BISETTIMANALE 240 euro/trimestre **NON RESIDENTI**: BISETTIMANALE 270 euro/trimestre



**Pro-Am Dance Studio** - numero di telefono: 388 818 85 22 Email: [giuseppesanfilippo069@gmail.com](mailto:giuseppesanfilippo069@gmail.com)

Prova gratuita durante una qualsiasi lezione del corso - Possibili iscrizioni in loco

**INIZIO CORSI 25 SETTEMBRE 2025**

I corsi partiranno al raggiungimento del numero minimo di iscritti

Per informazioni: Ufficio Cultura, Sport e Tempo Libero - [cultura.sport@comune.gorgonzola.mi.it](mailto:cultura.sport@comune.gorgonzola.mi.it)