



Comune di Comerio

COMERIO CORSI 2018 - 2019

design by Benedeto Galante Gnechchi



Comune di Comerio

Anche quest'anno, visto l'apprezzamento della scorsa edizione, abbiamo pensato di presentare in un'unica brochure le tante e interessanti proposte di Corsi che si svolgono sul nostro territorio.

Nel depliant troverete Corsi ormai storici ma anche qualche nuova proposta: ci auguriamo che ciascuno possa trovare ciò che più gli interessa.

Il nostro è stato un lavoro di "cucito", speriamo di essere riusciti a raccogliere tutte le proposte.

Buon corso a tutti

L'Amministrazione Comunale

NOTE

Le informazioni e le iscrizioni sono gestite direttamente da ogni insegnante. Usate i contatti inseriti nella scheda del corso. A iscrizione completata riceverete la conferma di date e orari.

Sotto ogni corso c'è una legenda con:

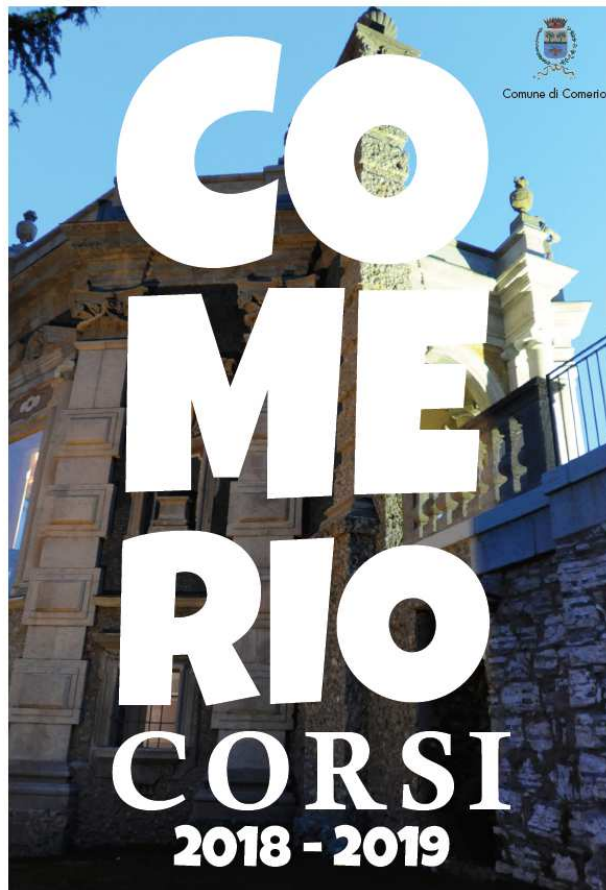
età giorno orario costo

SE IL COSTO NON COMPARE, È PERCHÉ VARIA IN BASE AI GIORNI DI FREQUENZA DEL CORSO.

I corsi contrassegnati dal colore **AZZURRO** sono di **LINGUE**.

I corsi contrassegnati dal colore **VERDE** sono per il **TEMPO LIBERO**.

I corsi contrassegnati dal colore **ARANCIONE** sono di **FITNESS & SPORT**.



Comune di Comerio

COMERIO CORSI 2018 - 2019

LINGUE

INGLESE PER BAMBINI E RAGAZZI - Mara Pedretti

Corso di potenziamento linguistico e preparazione alle certificazioni Cambridge English. Livelli disponibili: A1, A2, B1, B2 (Starters, Movers, KE, PET, FIRST)

LUOGO: The English Corner presso la Biblioteca di Comerio

Periodo: 25 lezioni ottobre/maggio

Giorni disponibili: lunedì, mercoledì, venerdì pomeriggio

Partecipanti: min. 4 / max. 8

Info: mara.pedretti@gmail.com - 3 28 29 68 433

Presentazione dei corsi: 15/9/2018 dalle 16.00 alle 19.00 in Biblioteca

6-15 LUN-MER-VEN

INGLESE - Mara Pedretti

Corsi di lingua e conversazione per lo studio, il lavoro e il tempo libero.

Livelli disponibili: A1/A2, B1, B2, C1

LUOGO: The English Corner presso la Biblioteca di Comerio

Periodo: 25 lezioni ottobre/maggio

Giorni disponibili: martedì, mercoledì, giovedì (18.00-19.30/19.30-21.00)

Partecipanti: min. 4 / max. 8

Info: mara.pedretti@gmail.com - 3 28 29 68 433

Presentazione dei corsi: 15/9/2018 dalle 16.00 alle 19.00 in Biblioteca

adulti MAR-MER-GIO pom/sera

METODO DI STUDIO - Mara Pedretti

Per gli studenti della scuola secondaria (media e licei) e università

LUOGO: The English Corner presso la Biblioteca di Comerio

Periodo: 5 lezioni - giorni concordabili in sede di iscrizione

Info: mara.pedretti@gmail.com - 3 28 29 68 433

Presentazione dei corsi: 15/9/2018 dalle 16.00 alle 19.00 in Biblioteca

TEDESCO - Roberta Boggi

Corso per la preparazione per il livello A2/B1. Il corso prevede l'acquisto di un testo di grammatica (indicazioni precise saranno fornite in sede di iscrizione), l'uso durante le lezioni del vocabolario e la consultazione, anche da casa, di siti e schede online fornite dalla docente settimanalmente.

LUOGO: Biblioteca di Comerio

Periodo: novembre/maggio 20 lezioni - Partecipanti: min. 7 - max. 12

Info: roberta_boggi@yahoo.com - 3458053991

LUNEDÌ 19.15-20.45

TEMPO LIBERO

STRUMENTO MUSICALE - Filarmonica di Comerio
Studio e pratica di uno strumento musicale (fiati/percussioni).

LUOGO: Locali della Filarmonica di Comerio

Periodo: 25 lezioni ottobre/maggio - saggio finale. Il corso completo dura circa 3/5 anni prima dell'inserimento in Banda e comprende teoria, solfeggio e musica di insieme.
Info: info@bandadicomerio.it - 3926830330 - www.bandadicomerio.it

Presentazione del corso 22/9/2018 ore 14-19 • 23/9/2018 ore 9.30-12 in sede

6-99 **giorni e orari da concordare**

VARESOTTO: ARTISTI E LAVORATORI - Simona Gamberoni

Un viaggio attraverso Mestieri che diventano Arte: 3 Incontri teorici e 4 visite all'aperto:

- Musei civici di Viggiù, paese del Picasass: dall'artigiano all'artista
- Museo Innocente Salvini: un artista europeo a Cocquio Trevisago
- Fornaci Ibis di Cunardo
- Birrifico Angelo Poretti con degustazione

Periodo: gennaio/giugno

Intero corso € 70 - solo Incontri teorici: € 20 - visita singola: € 15

Info: viaggevolezza@gmail.com - 3493108156

Serata di presentazione del corso mercoledì 23/01/2019 ore 20.45 in Biblioteca

8-99 **giorni e orari da concordare**

COACHING E CRESCITA PERSONALE:

COME DEFINIRE E RAGGIUNGERE I TUOI OBIETTIVI - Elena Marangon

Obiettivo del corso è definire al meglio ciò che realmente tu vuoi raggiungere, imparando le tecniche e le strategie per conseguire in modo efficace quel risultato.

LUOGO: Biblioteca di Comerio

Una giornata di corso: 7 Ottobre 2018 oppure 3 Febbraio 2019 dalle 10 alle 18

Info: elenamarangon@yahoo.it - 348 5751101

Presentazione del corso 22/9/2018 ore 16.00 - 19.00 in Biblioteca

15-99 **90 €**

PROGRAMMA BABY SIGNS® - Roberta Ascari - Istruttore certificato

Baby Signs® - Comunicare con il bambino prima che abbia le parole per farlo

LUOGO: Biblioteca di Comerio

Giovedì 25 ottobre 2018 ore 16.00

Giovedì 24 gennaio 2019 ore 16.00

Giovedì 18 aprile 2019 ore 16.00

Info e prenotazioni: roberta.ascari@babysignitalia.com - 349 0728041

genitori/educatori

IL CLOSLIEU - Chiara Gervasini Parental coaching, Mediatrice Feuerstein, Praticien

Il Closlieu è un luogo chiuso, protetto da competizione e giudizio, che permette alle

persone dai 3 ai 99 anni di sperimentare il gioco del dipingere.

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: ottobre/maggio

per i bambini mercoledì 16.30/17.30 cadenza settimanale

per adulti martedì 20.45/22.00 cadenza mensile

Info: gchiara.milla@gmail.com - 392.2223967

fb: centro di educazione creativa "Mon Closlieu" - www.centroeducazionecreativa.it

3-99 **MER 16.30-17.30** **MAR 20.45-22** **105/160 €**

MEDIAZIONE FEUERSTEIN - Chiara Gervasini Parental coaching, Mediatrice

Feuerstein, Praticien

Percorsi personalizzati o di piccolo gruppo di potenziamento cognitivo secondo il metodo

Feuerstein.

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: 10 incontri mercoledì pomeriggio

Info: gchiara.milla@gmail.com - 392.2223967

4-9 **MERCOLEDÌ POMERIGGIO**

CREATIVITÀ IN FAMIGLIA - Chiara Gervasini Parental coaching, Mediatrice

Feuerstein, Praticien

Giocare, creare e dipingere, genitori e bambini insieme alla ricerca del benessere in

famiglia

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: 29 settembre 2018 - 13 ottobre 2018 - 27 ottobre 2018 - 24 novembre 2018

Info: gchiara.milla@gmail.com - 392.2223967

famiglie con bambini 2-10 **SABATO** **10.00-12.00**

MEDITAZIONE E RILASSAMENTO - Nausicaa Nisati

LUOGO: Palestrina del Comune di Comerio

Periodo: settembre/ giugno mercoledì dalle 20.30 alle 21.30

Costo incontro singolo €10, 12 incontri €100

Info: 347 8517664 - cantium.movere@gmail.com

Serata di prova mercoledì 19 settembre 2018

MERCOLEDÌ **20.30-21.30** **100 €**

RISVEGLIO AL FEMMINILE: LA NATURA CICLICA DELLA DONNA -

Federica Cerin

Un percorso di consapevolezza rivolto alle Donne per risvegliare l'Energia Femminile in

sintonia con i Cicli della Luna

LUOGO: Biblioteca di Comerio

Periodo: da Ottobre a Giugno - 1 mercoledì sera al mese 20.30 - 22.30

Costo: 20 € a incontro

Info: federica.cerin@gmail.com - 349 5609952

Presentazione mercoledì 26 settembre alle ore 21.00 in Biblioteca

MERCOLEDÌ **20.30-22.30** **20 €**

IL LABORATORIO DELL'IMPRONTA - Alessia Malafronte, educatrice e

psicomotricista e Isabella Malafronte, insegnante ed educatrice teatrale

Un viaggio alla scoperta della propria impronta attraverso il teatro e la motricità

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: 2 moduli: ottobre/dicembre - febbraio/aprile

Info: Isabellamalafronte81@yahoo.it - 327-7188494

3/5 - 6/10 **LUNEDÌ** **16.30-18.00** **120 €**

FITNESS & SPORT

GINNASTICA PER LA TERZA ETÀ - Maria Teresa Bianchi

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: 18 settembre 2018 al 21 dicembre 2018 - dalle 17.45 alle 18.45, 2 volte a settimana, martedì e venerdì

Info: peruzp@alice.it

3età **17.45-18.45** **MAR-VEN** **80 €**

TOTAL BODY/G.A.G. - Manuela Perini

Migliora resistenza, tonicità e forza muscolare, potenzia la capacità cardiocircolatoria e respiratoria, favorisce il dispendio calorico riducendo il grasso corporeo e apportando benefici in termini di salute e forma.

LUOGO: Palestra Comunale

Periodo: ottobre/ maggio

Info: manuedvi@yahoo.it - 3339018230

adulti **LUN-GIO** **18.30-19.30**

ASD GYM FOR LIFE - Valentina Danioni, tecnico regionale e Martina Danioni,

ex ginnasta della nazionale e tecnico regionale

Corso di ginnastica artistica

LUOGO: Palestra Comunale

Periodo: 4 ottobre 2018 - 31 maggio 2019

Info: valedanioni@gmail.com - mardydanio@gmail.com

Presentazione del corso venerdì 15 settembre dalle 15.00 alle 17.00

4-16 **VENERDÌ** **15.00-17.00**

MINIBASKET COMERIO 2000 BACO LUCA - Francesco Girolò

LUOGO: Casciogo

Periodo: settembre/maggio

5-8 anni martedì 17-18 venerdì 15.30-16.30

9-13 anni martedì 18-19 venerdì 16.30-17.30

Info: crocettiv@hoo.it - 3341185770

minibasketbacoluca.blogspot.it

5+ **MAR-VEN**

YOGA - Sabrina Marone

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: ottobre/ maggio

Info: sbry65@libero.it - 3452697006

adulti **MARTEDÌ** **19.30-20.30**

YOGA PER I BAMBINI - Sabrina Marone

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: ottobre/ maggio

Info: sbry65@libero.it - 3452697006

bambini **MERCOLEDÌ** **17.45-18.45**

PILATES NUTRIZIONALE - Francesca Gera

Una nuova concezione di fitness che unisce i benefici del Pilates ad una corretta riduzione alimentare.

LUOGO: MARTEDÌ Palestra Comunale - GIOVEDÌ c/o ASD Tara Yoga & Ayurveda, via

Duca degli Albruzzi 117 Calcinatè del Pesce

Periodo: 18 settembre - 13 dicembre 2018 Minimo 5 partecipanti

Costo € 120 - 1 volta settimana € 220 - 2 volta settimana

Periodo: 8 gennaio - 6 giugno 2019

Costo € 210 - 1 volta settimana € 390 - 2 volta settimana

Info: francescagera@gmail.com - Tel 328 7331841

Presentazione del corso martedì 18/9/2018 ore 18.40

adulti **MAR/GIO** **18.40**

ZUMBA FITNESS - Berenice Tegmeier, insegnante di Zumba

La danza è il miglior allenamento! Utilizza ritmi e movimenti della musica latino-americana mixati con movimenti tradizionali dell'aerobica.

LUOGO: Palestra Comunale

Periodo: 17 settembre 2018 - 31 maggio 2019

Costo € 60 10 lezioni

Info: berenicegs78@hotmail.com - 333 652 6952

Da ottobre partiranno corsi mattutini

adulti **MER/GIO** **20.30-21.30**

CORSO DI TANGO ARGENTINO - TANGO TEATRO

Andrea Baccaro e Barbara Tomasina

LUOGO: Teatro dell'Oratorio Parrocchiale

Periodo: 10 incontri settembre/ maggio

Info: somsartcomerio@gmail.com

adulti **MARTEDÌ** **20.00-23.00** **120 €**

TANGO ARGENTINO - Sebastián Romero

LUOGO: Palestrina del Comune

Periodo: 10 incontri settembre/ maggio

Info: somsartcomerio@gmail.com

adulti **LUNEDÌ** **19.45-21.45** **120 €**

CICLISTICA - Gruppo Ciclistico Comerio

Tutti i giovedì dopo le 21.00 siamo a disposizione per chiarimenti, indicazioni e consigli da fornire a tutti i ragazzi/e, con età compresa da 7 a 12 anni, interessati a svolgere una attività sportiva nel campo del ciclismo. La stagione sportiva inizia in primavera e termina in autunno.

LUOGO: Sede dell'Associazione G.S.C. COMERIO A.S.D.

Info: gsccomerio@gmail.com - 0332/737360