

# MUNICIPIO 4

CORSI ESTIVI DAL 17 GIUGNO  
AL 13 LUGLIO 2024

**E. state  
ai CAM**

**ISCRIZIONI APERTE**

**DAL 3 al 14 GIUGNO**  
presso la sede  
**CAM Parea**  
via C.Parea, 26



**Tutti i corsi CAM sono gratuiti**

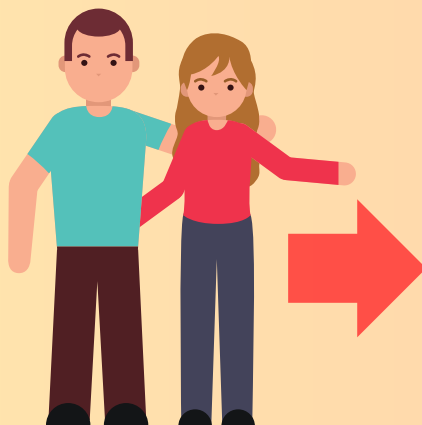
camunicipio4@gmail.com

Tel. 02.884.47455

 CAM MUNICIPIO 4



Cooperativa  
Le Macchine Celibi  
Officina di immagini,  
linguaggi, immaginazioni



**Attenzione:**  
Gli orari di segreteria  
potranno subire modifiche  
dal 17 giugno al 13 luglio.

**comune.milano.it/municipio4**

# PROGRAMMA GIUGNO-LUGLIO 2024

Durante la prima settimana di iscrizioni, è consentito iscriversi a un massimo di 3 corsi.  
Dalla seconda settimana, potranno iscriversi i fuori zona in base alla disponibilità di posti  
e sarà possibile aggiungere alle tre scelte ulteriori corsi, per tutti.

## Lunedì

-Ginnastica Muscolare	9:30-10:25
-Stretching Yoga e relax	10:30-11:55
-SpazioCreativoDonne	10:30-12:25
-Art Attak bimbi (5-10 anni)	16:45-17:40

## Martedì

-Decoupage pittorico e disegno	15:00-17:25
-Ginnastica dolce	16:30-17:25
-Ginnastica antalgica	17:30-18:25
-G.A.G	18:30-19:25

## Mercoledì

-Tablet e smartphone	9:30-10:25
-Computer facile	10:30-11:25
-Tai chi	11:30-12:55
-Abc Ritmo in movimento	16:00-17:25
-Danze Spagnole	17:30-18:55

## Giovedì

-Ginnastica dolce	9:30-10:25
-Ginnastica posturale	10:30-11:25
-G.A.G	11:30-12:25
-Corso di cosmesi naturale	14:30-17:25
-Ginnastica dolce	16:30-17:25
-Circuit training	17:30-18:25
-Total Body	18:30-19:25

## Venerdì

-Tablet e smartphone	15:00-15:55
-Computer avanzato	16:00-16:55
-Tai chi	17:00-18:25
-Ginnastica Muscolare	16:00-16:55
-Stretching Yoga e relax	17:00-18:25

**Tutti i martedì libera aggregazione**

**Burraco e giochi di carte dalle 14:30 alle 17:30**

**Tutti i mercoledì Convivialità e giochi**

**dal 19 Giugno al 10 Luglio dalle 19.30 alle 22.30**

## Passeggiate d'Arte in città'

**Per i dettagli, vedi locandina specifica**

-Mercoledì 19 Giugno

Ritrovo ore 14:30 Via Resegone 2  
Museo Collezione Branca e  
salita alla Torre

-Mercoledì 26 giugno

Ritrovo ore 9:15 Via Lincoln 56  
Villaggio arcobaleno

-Mercoledì 3 Luglio

Ritrovo ore 17:15 P.zza P. Clotilde davanti a Porta  
Nuova  
Architettura contemporanea  
Porta Nuova (con aperitivo serale  
per chi vorrà fermarsi con noi)

-Martedì 9 Luglio

Ritrovo ore 9:15 Via Villa Mirabello 6  
Villaggio dei Giornalisti

## Serate di Ballo liscio

**Venerdì dalle 20.30 alle 23.30**  
**14 e 28 giugno**

## Serate di Karaoke

**Venerdì dalle 20.30 alle 23.30**  
**21 Giugno e 12 Luglio**

## Prenotazioni per le serate

Martedì dalle 19:30 alle 21:00  
(FRANCESCA)

tramite lo sportello online  
(con l'applicazione Google Meet)  
a questo link:

<https://meet.google.com/ztg-gqnt-ztgy>  
Oppure chiedete alla segreteria  
del CAM come prenotarvi