

## LEZIONI GRATUITE DI PROVA

Per partecipare alle lezioni gratuite di prova è necessario prenotarsi in segreteria in via caduti bollatesi, o via sms/wa al 3471431379 o via mail a [info@nonsolodanzabollate.it](mailto:info@nonsolodanzabollate.it)



### **SETTIMANA DAL 10 AL 14 SETTEMBRE** **SOLO ALCUNI CORSI**

**Babydance (3-4 anni):** MERCOLEDI 12 ALLE 16.30 E/O SABATO 15.00 ALLE 10.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Predanza (5 anni):** MERCOLEDI 12 ALLE 17.30 E/O SABATO 15.00 ALLE 11.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Danza Classica Bambini (6-9 anni):** GIOVEDI 13 ALLE 17.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Danza Classica Ragazzi (10-14 anni):** GIOVEDI 13 ALLE 18.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Modern Jazz Bambini (6-9 anni):** MARTEDI 11 ALLE 17.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Modern Jazz Ragazzi (10-14 anni):** MARTEDI 11 ALLE 18.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Hip Hop Bambini (6-9 anni):** VENERDI 14 ALLE 17.00 IN VIA FLEMING 7

**Hip Hop Ragazzi (10-14 anni):** VENERDI 14 ALLE 18.00 IN VIA FLEMING 7

**Zumba:** MERCOLEDI 12 ALLE 19.15 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18 E/O GIOVEDI 13 ALLE 20.10 IN VIA FLEMING 7

**Pilates:** MERCOLEDI 12 ALLE 20.00 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Yoga:** MARTEDI 11 ALLE 19.15 IN VIA CADUTI BOLLATESI 18

**Spin:** scrivere sms o wa al 3383140497 per disponibilità bici

**Canto:** scrivere sms o wa al 3334611468 per appuntamento

---

### **DALLA SETTIMANA DEL 17 SETTEMBRE IN POI** **TUTTI I CORSI**

<b>ORARI CORSI DANZA</b>		
<b>CLASSE</b>	<b>Età indicativa</b>	<b>GIORNO, ORA, SEDE (via caduti bollatesi 18 o via fleming 7)</b>
<b>BABYDANCE</b>	avviamento, 3 e 4 anni	mer 16.30 caduti o sab 10.00 caduti
<b>PREDANZA</b>	avviamento, 5 anni	mer 17.15 caduti o sab 11.00 caduti
<b>CLASSICA PREPARATORIO</b>	1° e 2° elementare	ven 17.30 fleming
<b>CLASSICA PREP-BASE 1</b>	2° elementare	mer 17.00 fleming, ven 17.00 caduti
<b>CLASSICA BASE 1</b>	3° elementare	mar 17.00 caduti, ven 18.00 caduti, (lun 18.00 caduti)
<b>CLASSICA BASE 2</b>	4° e 5° elementare	mar 18.00 fleming, ven 18.30 fleming

CLASSICA BASE 3-4, carattere e punte	1° e 2° media	lun 18.00 caduti, ven 19.00 caduti. Car+Punte: mer 18.15 caduti
CLASSICA BASE 5 e punte	3° media e 1° superiore	lun 17.00 fleming, gio 17 fleming. Punte: lun 18.30 fleming
CLASSICA BASE 6 e punte	superiori	lun 20.00 caduti, mer 18.00 fleming. Punte: mer 19.30 fleming
CLASSICA INTERMEDIO-AVANZATO e punte	superiori	lun 19.30 fleming, gio 20.30 caduti. Punte: mer 19.30 fleming
CLASSICA Liv. OPEN	superiori e adulti	mer 21.00 caduti bollatesi
MODERN JAZZ PROPEDEUTICA	1° e 2° elementare	lun 17.00 caduti, gio 17.00 caduti
MODERN JAZZ BASE 1	3°, 4°, 5° elementare	mar 18.00 caduti, gio 18.00 caduti, (ven 17.30 fleming)
MODERN JAZZ BASE 2	1° e 2° media	lun 19.00 caduti, ven 18 caduti
MODERN JAZZ INTERMEDIO 1	3° media	lun 19.00 caduti, gio 18.30 caduti
MODERN JAZZ INTERMEDIO 2	superiori	mar 19.00 caduti, ven 18.30 fleming
MODERN JAZZ AVANZATO	superiori	mar 20.30 caduti, gio 19.00 caduti
MODERN JAZZ Liv.OPEN	superiori e adulti	ven 20.30 caduti
CONTEMPORANEA 1	5° elementare-1° e 2° media	sab 11.00 fleming
CONTEMPORANEA 2	3° media e superiori	gio 18.30 fleming
CONTEMPORANEA 3	superiori e adulti	lun 21.00 fleming
HIP HOP PROPEDEUTICA	1°, 2°, 3° elementare	lun 17.00 fleming, gio 17 fleming
HIP HOP BASE 1	4° e 5° elementare	lun 18.00 fleming, mer 18.30 fleming
HIP HOP BASE 2	medie	mar 17.00 fleming, gio 18.00 fleming
HIP HOP INTERMEDIO	medie e superiori	lun 19.00 fleming, gio 19.30 fleming
HIP HOP AVANZATO	superiori e adulti	lun 20.00 fleming, mar 19.30 fleming
HIP HOP ADULTI (Liv.Int-Av)	adulti	mar 20.30 fleming, ven 21.00 fleming
POPPING E HOUSE BABY	da 8 anni	mar 18.00 fleming
POPPING E HOUSE GRANDI	da intermedio in su	gio 20.30 fleming

### ORARI ALTRI CORSI

CLASSE	DESCRIZIONE	GIORNO, ORA, SEDE
PILATES MATWORK	allenamento per corpo e mente	lunedì e/o mercoledì alle 20.00, sede 1 caduti bollatesi 18
ZUMBA 1	fitness musicale	mercoledì e/o venerdì alle 19.15, sede 1 via caduti bollatesi 18
ZUMBA 2	fitness musicale	giovedì alle 20.10, sede 2 via fleming 7
SPIN BIKE	allenamento aerobico su cyclette	martedì alle 19.10 e alle 20.10, il giovedì alle 19.10 sede 2 via fleming 7
ALLENAMENTO FUNZIONALE	esercizi in circuito	mercoledì alle 21.00, sede 2 via fleming 7
YOGA	disciplina orientale	martedì alle 19.15, sede 1 via caduti bollatesi 18
CANTO	tecniche vocali e repertorio	su richiesta da lun a ven pomeriggi e sere
BALLI CARAIBICI	salsa, bachata e merengue	lunedì alle 21.00, sede 2 via fleming 7