

# CAM BOIFAVA

Via Boifava 17 - Tel.02.88458551

## SEGRETERIA PER IL PUBBLICO

ore 16:00/18:00

Dal Lunedì al Venerdì

Lunedì	SHIATSU ore 10:00/12:00 YOGA ore 15:00/18:00 (2 turni)
Martedì	COUNSELLING ore 14:00/15:00 FIORI DI BACH ore 15:00/16:30 COUNSELLING ore 16:30/18:00 PITTURA SU STOFFA ore 14:30/16:30
Mercoledì	AROMA MASSAGGIO ore 10:00/12:00 IL CINEMA RACCONTA LA VITA ore 15:00/18:00 YOGA ore 15:00/18:00 (2 turni)
Giovedì	MOVIMENTO/DANZA CREATIVA ore 10:00/12:00 IRIDOLOGIA ore 11:00/15:00 COUNSELLING ore 14:00/15:00 REBIRTHING ore 15:00/17:00 NATUROPATIA ore 15:00/18:00 COUNSELLING ore 17:00/18:00
Venerdì	YOGA ore 09:00/12:00 (2 turni) RIFLESSOLOGIA PLANTARE 15:00/17:00
Sabato	DIFESA PERSONALE FEMMINILE ore 10:00/12:00



## SEGRETERIA TEATRI E VISITE GUIDATE

Dal Lunedì al Venerdì ore 10:30/12:30

# CAM GRATOSOGLIO

Via Saponaro 30 - Tel.02.88455330

## SEGRETERIA PER IL PUBBLICO

ore 16:00/18:00

Dal Lunedì al Venerdì

Lunedì	YOGA ore 11:00/12:30 e ore 20:30/22:00 MAGLIERIA ore 15:00/17:00 CHITARRA 15:30/17:30 CYCLETTE ore 15:00/17:00 SALA PROVE 15:00/18:00 (2 turni) e ore 20:30/22:30 BALLO LISCIO ore 20:30/22:30 (2 turni) CERAMICA ore 18:00/20:00 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
Martedì	CHITARRA 15:30/17:30 SALA PROVE 15:00/18:00 (2 turni) e ore 20:30/22:30 GINNASTICA DOLCE ore 10:00/12:00 (2 turni) e ore 15:00/18:00 (3 turni) BALLO LATINO/AMER. ore 20:30/22:30 (2 turni)
Mercoledì	MAGLIERIA ore 15:00/17:00 BIGIOTTERIA ore 14:30/18:30 (2 turni) CYCLETTE ore 15:00/17:00 PITTURA AD OLIO ore 14:30/17:30 POMERIGGIO DANZANTE ore 15:00/18:00 SALA PROVE 15:00/18:00 (2 turni) LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 DANZA MEDIORIENTALE ore 18:00/21:00 (2 turni) VISUALIZZAZIONE CREATIVA ore 18:00/19:30
Giovedì	ACQUARELLO ore 14:30/16:30 PITTURA SU STOFFA ore 16:30/18:30 YOGA ore 18:00/19:30 GAG ore 16:00/18:00 (2 turni) BATTERIA ore 20:30/22:30 CANTO ROCK ore 20:30/22:30 TANGO ARGENTINO ore 20:30/22:30
Venerdì	GINNASTICA DOLCE ore 10:00/12:00 (2 turni) e ore 15:00/18:00 (3 turni)
Sabato	PITTURA AD OLIO ore 14:30/17:30 SABATO DANZANTE ore 20:30/22:30

# CAM STADERA

Via Palmieri 20 - Tel.02.88455331

## SEGRETERIA PER IL PUBBLICO

Ore 16:00/18:00

Dal Lunedì al Venerdì

Lunedì	ACQUARELLO ore 14:30/16:30 PITTURA SU STOFFA ore 16:30/18:30 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
Martedì	BIGIOTTERIA ore 17:00/19:00 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
Mercoledì	GINNASTICA DOLCE ore 09:00/12:00 (3 turni) PITTURA SU STOFFA ore 14:30/16:30 ACQUARELLO ore 16:30/18:30 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
Giovedì	LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
Venerdì	GINNASTICA DOLCE ore 09:00/12:00 (3 turni) MAGLIERIA ore 15:00/16:30 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
Sabato	LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00

**Tutte le attività sono gratuite.** Per le attività motorie è necessario presentare un certificato medico di idoneità alla pratica di attività sportiva non agonistica e sarà a carico dell'utente il costo relativo all'assicurazione.

Per esigenze organizzative, volte a migliorare il servizio, **giorni ed orari possono subire variazioni.**

**Per informazioni ed iscrizioni** contattare le segreterie negli orari indicati. Per l'accesso ai corsi hanno la precedenza i cittadini residenti in Zona 5; qualora ci fossero posti disponibili è possibile inserire chiunque ne faccia richiesta. Per essere ammessi ai corsi è necessario compilare e firmare un modulo di **Pre-Iscrizione**. Tutti i CAM organizzano periodicamente eventi sporadici, quali feste e conferenze, che vengono pubblicizzati all'interno delle strutture.

# CAM VERRO

Via B. Verro 87 - Tel.02.88455329

SEGRETERIA PER IL PUBBLICO

ore 16:00/18:00

Dal Lunedì al Venerdì

<b>Lunedì</b>	GINNASTICA DOLCE ore 09:00/12:00 (3 turni) BIGIOTTERIA ore 14:30/18:30 (2 turni) ITALIA TI PRESENTO L'EUROPA In lingua inglese ore 17:00/19:00 (2 turni) LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 BALLO LISCIO ore 20:30/22:30 (2 turni)
<b>Martedì</b>	GAG ore 9:30/10:30 YOGA ore 11:00/12:30 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 AEROBICA ore 17:00/19:00 (2 turni) BALLO LISCIO ore 20:30/22:30 (2 turni)
<b>Mercoledì</b>	LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 MAGLIERIA ore 15:00/16:30 YOGA ore 17:30/20:30 (2 turni) FILM ore 21:00 <small>(laboratorio di visione commentata - in collaborazione con la Biblioteca Chiesa Rossa)</small>
<b>Giovedì</b>	GINNASTICA DOLCE ore 09:00/12:00 (3 turni) LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 FOTOGRAFIA ore 18:00/19:00 BALLO LATINO/AMERIC. ore 20:30/22:30 (2 turni)
<b>Venerdì</b>	LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 PITTURA SU STOFFA ore 14:30/19:00 (3 turni)
<b>Sabato</b>	ANIMAZIONE MUSICALE ore 15:00/18:00

# CAM TIBALDI

Viale Tibaldi 41 - Tel.0288458536

SEGRETERIA PER IL PUBBLICO

ore 16:00/18:00

Dal Lunedì al Giovedì

<b>Lunedì</b>	GINNASTICA DOLCE ore 08:45/10:45 (2 turni) TAI CHI ore 13:00/14:00 MAGLIERIA ore 14:30/16:00 STORIA DELL'ARTE ore 17:00/18:30 BALLO LATINO/AMERIC. ore 18:30/22:30 (4 turni)
<b>Martedì</b>	BIGIOTTERIA ore 14:30/16:30 LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00 PITTURA SU STOFFA ore 17:30/19:30
<b>Mercoledì</b>	GINNASTICA DOLCE ore 09:00/12:00 (3 turni) DANZA MEDIORIENTALE ore 18:30/21:30 (3 turni)
<b>Giovedì</b>	GINNASTICA DOLCE ore 08:45/10:45 (2 turni) LIBERA AGGREGAZIONE ore 14:30/18:00
<b>Venerdì</b>	GINNASTICA DOLCE ore 09:00/12:00 (3 turni) YOGA ore 16:00/19:00 (2 turni)
<b>Sabato</b>	SHIATSU ore 09:00/11:00 TAI CHI ore 15:00/16:30

Milano



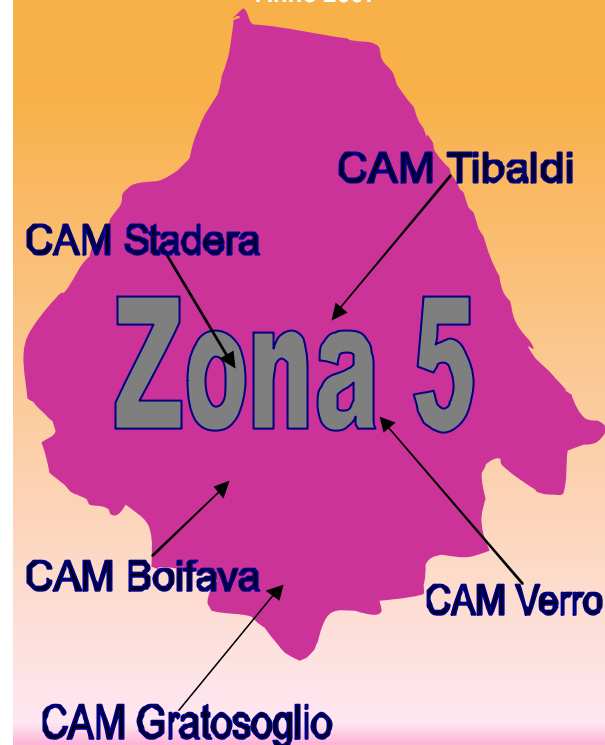
Comune di Milano

Settore Zona 5



Programmazione attività

Anno 2007



**CAM**  
Centri Aggregativi Multifunzionali  
della Zona 5

Settore Zona 5  
Il Direttore  
Dott. Fabio Mancuso

Commissione P.M.Z.  
Il Presidente  
Vino Mondì

Consiglio di Zona 5  
Il Presidente  
Giovanni Ferrari