

ASD E CULTURALE



IL SÉ CREATIVO

Via Liberazione 55/c, Peschiera Borromeo
3516646525 | ilsecreativo@gmail.com
ilsecreativo.it | @il.se.creativo

Benessere e fitness

- Ginnastica over 60
- Danza Fitness
- Mindful Stretching
- Ginnastica adattata (A.f.a)
- Ginnastica Posturale
- Hatha Yoga
- Hatha Flow
- Pilates



Crescita e sostegno

- Counseling individuale
- Counseling di gruppo
- Ricerca spirituale
- Costellazioni familiari
- Aromaterapia
- Arteterapia



Laboratori e didattica

- English for Starters (6/8 y)
- English for Movers (8/10 y)
- English for Flyers (10/12 y)
- English for Teens (12/14 y)
- Spazio studio elementari
- Spazio studio medie
- Letture per bambini



Lunedì

GINNASTICA OVER 60
10.30-11.30

**GRUPPO SUPPORTO AL
PETLOSS**
14.00-16.30

MINDFUL STRETCHING
18.40-19.30

DANZA FITNESS
19.40-20.30

**GRUPPO DONNA IN
CAMMINO**
20.45-22.15

Martedì

**GRUPPO SUPPORTO
AL LUTTO**
14.00-16.30

**GINNASTICA ADATTATA
(A.F.A.)**
17.00-18.00

HATHA YOGA
18.15-19.30

HATHA YOGA
19.45-21.00

Mercoledì

**GINNASTICA
POSTURALE**
8.15-9.15

GINNASTICA OVER 60
10.30-11.30

PILATES
13.00-14.00

SPEAKING & LISTENING
15.50-16.40

**ENGLISH FOR
STARTERS
(6/8 ANNI)**
16.50-17.45

**ENGLISH FOR MOVERS
(8/10 ANNI)**
17.50-18.45

PILATES
18.50-19.50

Giovedì

PILATES
8.50-9.50

**GRUPPO OLTRE LA
TAGLIA**
10.00-12.30

**GINNASTICA
POSTURALE**
17.00-18.00

HATHA FLOW
18.15-19.30

HATHA YOGA
19.45-21.00

Venerdì

GINNASTICA OVER 60
10.30-11.30

**ENGLISH FOR TEENS
(12/14 ANNI)**
15.45-16.45

**ENGLISH FOR FLYERS
(10/12 ANNI)**
17.00-18.00

**SPAZIO STUDIO
5° ELEMENTARE**
18.00-19.30

Sabato

LETTURE PER BAMBINI/
LABORATORI PER IL
BENESSERE/
COSTELLAZIONI FAMILIARI

VAI SUL SITO
ILSECREATIVO.IT
PER CONOSCERE LE DATE
DEGLI EVENTI

Domenica

**SPAZIO STUDIO
3° MEDIA**
9.30-11.00

**SPAZIO STUDIO
1° MEDIA**
11.00-12.30

Via Liberazione 55/c, Peschiera Borromeo
3516646525 | ilsecreativo@gmail.com
ilsecreativo.it | @il.se.creativo

ASD E CULTURALE



IL SÉ CREATIVO

SABATO 12 SETTEMBRE

DALLE 16.00

Open day



Vieni a conoscerci e a scoprire le nostre proposte: tanti corsi, iniziative e progetti per il benessere di grandi e piccini.

Corsi di fitness:

Pilates, Hatha Yoga, Hatha Flow, Mindful Stretching, Ginnastica a.f.a., Ginnastica posturale, Ginnastica over 60, Danza Fitness

Percorsi di crescita e consapevolezza:

Gruppi di supporto, counseling individuale, costellazioni familiari sistemiche, percorsi di ricerca interiore, aromaterapia, arteterapia

Programmi per bambini e ragazzi:

Kids English Club, laboratori di Lettura Esperienziale, Spazio Studio



**Prenota il tuo posto scrivendoci a ilsrcreativo@gmail.com tramite whatsapp o chiamata al numero 3516646525.
Siamo in via Liberazione 55/c, Peschiera Borromeo.**