

Corsi per tutti grazie alla Uisp

Pubblicato: Giovedì 28 Settembre 2006

Lo sport per tutti è il fenomeno del nostro tempo perché riesce a dare risposte a bisogni diversi. E la Uisp cerca di intercettarne le ragioni per trasformarle in altrettante occasioni di attività e iniziative. Questa è la missione del movimento attivo anche a Varese: cultura associativa e sportiva a portata di mano, per tutti i cittadini, per tutte le età, per ogni tipo di abilità, anche le più “differenti”, le meno espresse. «Il diritto allo sport – spiegano i responsabili di Uisp in un comunicato – è innanzitutto di diritto alla vita, alla salute, alla partecipazione, all’impegno civile per la giustizia sociale, per la pace, per l’ambiente, per la solidarietà. Valori e diritti che contribuiamo a difendere, naturalmente “in movimento”».

Con lo spirito dello "sportpertutti" Uisp ha così organizzato i propri corsi, senza limitarsi alle sole attività sportive. Un’ottica che riconosce a chiunque il diritto di svolgere qualsivoglia attività sportiva, culturale o ricreativa: in primo luogo tutto ciò si traduce in un’attenzione particolare ad anziani, bambini e disabili ai quali sono state dedicate delle attività “ad hoc”. In secondo luogo la piena accessibilità ai corsi è data dal loro basso costo che li rende alla portata di tutti.

Ecco quindi l’elenco completo dei corsi 2006/2007 di Uisp Varese

– Ginnastica di mantenimento

Gestire e difendere il nostro corpo attraverso un corretto esercizio fisico, è un ottimo antidoto contro lo invecchiamento, anche della mente.

Quando: Lunedì e Venerdì dalle 18:00 alle 19:00.

Istruttore: Rita Di Toro. Sala Piramide di Piazza De Salvo – Bustecche.

– Hatha Yoga

Praticare Yoga, oggi, significa viver con pienezza e serenità la propria vita, acquistare uno stato di armonia interiore, tendere al recupero di una dimensione spirituale dell’esistenza.

Quando: Martedì dalle 20:00 alle 21.30

– Progressive martial arts system

Sistema di difesa personale basato sulle realtà e necessità di oggi, nasce dallo studio e dalla progressiva fusione delle tecniche di guida di arti marziali giapponesi (Aikijitsu, Jiu Jitsu) indonesiane (Pentchack Silat, Escrimà) birmane (Bando e Muay) israeliane (Krav Maga, Mapap). Lo studio della difesa da e con coltello è parte fondamentale del sistema. Particolare attenzione viene data alle tecniche più specificamente adatte alla difesa della donna da ogni tipo di aggressione.

Quando: Lunedì dalle 19:00 alle 20:00

– Laboratorio di Pizzica

Coinvolgente ballo popolare di origine pugliese, nato dal rito pagano, per curare il morso della tarantola

Quando: Giovedì dalle 19:00 alle 20:30

– Latino americano

Riscoprire la sensualità e la passione della vita attraverso i ritmi sudamericani.

Quando: Domenica dalle 21:00 alle 22:30

– Ballo Funky:

Dai 6 anni in su...impariamo a scoprire il nostro corpo attraverso il ballo

Quando: Martedì dalle 17:15 alle 18:45

– Danza del ventre

Una danza ricca di fascino, che aiuta a sentire e vivere meglio la propria femminilità, un'arte che dona armonia al corpo ed alla mente e che infonde benessere in chi la pratica

– Laboratorio decoro su vetro

Quando: Mercoledì dalle 17.30 alle 19.30 o dalle 21.00 alle 23.00

– Laboratorio Gioielli e Bijoux

Quando: Mercoledì dalle 17.30 alle 19.30 o dalle 21.00 alle 23.00

– Laboratorio restauro mobili antichi

Quando: Venerdì dalle 17.30 alle 19.30 o dalle 21.00 alle 23.00

Per informazioni si può contattare la sede Uisp di piazza De Salvo al numero di telefono e fax 0332 813001, oppure via mail all'indirizzo varese@uisp.it o ancora sul sito www.uispvarese.it

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it