

VareseNews

A VareseCorsi arrivano le lezioni "a gettone"

Pubblicato: Martedì 7 Settembre 2010

✘ Avete fretta di cominciare la vostra ginnastica autunnale? siete dei patiti di Vrese corsi, ma questa storia che non si comincia mai prima di ottobre vi rende un po' impazienti? L'organizzazione vi dà una mano. Mentre da sabato 4 settembre si sono aperte infatti le iscrizioni online per i corsi autunnali di VareseCorsi, che partiranno a ottobre e a novembre per questa tornata hanno inventato come "ingannare l'attesa".

Gli utenti infatti già da settembre (le prime lezioni sono state ieri 6 e oggi 7 settembre) potranno frequentare alcune mini-proposte "a gettone", pagando cioè la singola lezione: una piacevole novità che permette di "mettersi in moto" da subito e intanto sperimentare "senza impegno" qualche disciplina: **le prime sono yoga e pilates.**

Gli appuntamenti si terranno, in attesa dell'inizio "ufficiale" dei corsi autunnali, nel salone di piazza Motta 4, e saranno condotti dal maestro **Adalberto Zappalà** per lo yoga, da Viviana Arcangioli e Mauro Ossola per il pilates. Fra le novità anche la possibilità di **partecipare alle lezioni in pausa pranzo.**

Tutti gli incontri saranno divisi fra la lezione vera e propria e un briefing conclusivo durante il quale, degustando una buona tisana, sarà possibile confrontarsi con i compagni e gli insegnanti. Gli incontri di yoga sono previsti lunedì 13, 20 e 27 settembre dalle 20 alle 21,15. Gli incontri di pilates invece martedì 7, 14, 21 e 28 settembre dalle 20 alle 21,15; e giovedì 16, 23 e 30 settembre doppio turno dalle 13 alle 14,15 e dalle 20 alle 21,15. Per iscrizioni e informazioni sono disponibili il sito www.ilcavedio.it o l'indirizzo e-mail info@ilcavedio.it

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it