



Via Gramsci 5 - Travacò Siccomario
Lunedì-Mercoledì-Sabato
dalle 15,00 alle 17,30

ISCRIZIONE AI CORSI

Le adesioni ai corsi si ricevono a partire dal 5 settembre 2026 presso il centro del Riuso “Ri-Diamo” in via Gramsci, 5 di Travacò Siccomario nei pomeriggi di apertura .

I corsi saranno avviati solo nel momento in cui verrà raggiunto il numero minimo di partecipanti e potranno essere di uno, due o più moduli.

Il primo modulo avrà inizio indicativamente nel mese di ottobre, i moduli successivi generalmente in gennaio.

L'Associazione “Albero delle Idee APS” si riserva la facoltà di annullare i moduli che non raggiungeranno il numero sufficiente di iscritti.

Per poter partecipare ai corsi sarà obbligatoria l'iscrizione all'Associazione attraverso un contributo annuo di € 15.00

Sono a carico dei partecipanti i materiali di uso personale che verranno indicati al primo incontro.

Per qualsiasi informazione o chiarimento rivolgersi al Centro Ri-Diamo o scrivere all'indirizzo e-mail sotto riportato.

CENTRO DEL RIUSO RI-DIAMO



Giorni utili per le prenotazioni:

Via Gramsci, 5
Travacò Siccomario,

lunedì, mercoledì e sabato dalle ore 15.00 alle ore 17.30;

Mail: info@alberodelleidee.it

Sito web: www.alberodelleidee.it

Telefono 3493112166

INGLESE LIVELLO AVANZATO



Per perfezionare la comunicazione verbale e scritta. L'obiettivo principale del corso è il miglioramento della pronuncia e della cura del linguaggio, anche con l'uso di audiovisivi.

Minimo 6 partecipanti.
Insegnante: Romano Canevari

Inizio corso: da definire
Mercoledì dalle 17,30 alle 19.00

Durata: 15 ore (10 incontri)
Costo: € 60.00

HATHA YOGA



Minimo 8 partecipanti.

Insegnante: Demis Di Lillo

Lunedì dalle 17.30 alle 19.00

Durata: 15 ore (10 incontri)
Costo: € 60.00

Una scienza millenaria essenziale per l'equilibrio psicofisico dell'uomo moderno, una ginnastica dolce per rigenerare i propri centri energetici, in modo da sviluppare un completo benessere fisico e mentale.

Posture, respirazione, rilassamento, meditazione.

TAI CHI CHUAN

Il Tai Chi Chuan è una tecnica dinamica corporea le cui caratteristiche principali sono la lentezza e l'armonia del movimento.

La pratica del Tai Chi Chuan, adatto a tutte le età, procura all'organismo dei benefici sia di natura fisica sia neurologica sia psichica e comporta miglioramenti dell'equilibrio e del sistema articolare.

Da 6 a 15 partecipanti.

Insegnante: Enrico Tonali

Lunedì 19.30 alle 21.00

Durata: 15 ore (10 incontri)

Costo: € 60.00

Inizio corso 21/09/2026



TAI CHI CHUAN AVANZATO

Da 6 a 15 partecipanti.

Insegnante: Enrico Tonali

Giovedì 20,00 alle 21.30

Durata: 15 ore (10 incontri)

Costo: € 60.00

Inizio corso 24/09/2026



BALLI DI GRUPPO POMERIGGIO



Minimo 6 max 12 partecipanti.

Insegnante: Roberta Desa

Mercoledì dalle 15,00 alle 16,00

Durata: 10 ore (10 incontri)

Costo: € 50.00

Inizio corso: 7/10/2026

BALLI DI GRUPPO SERALE



Minimo 6 max 12 partecipanti.

Insegnante: Roberta Desa

Martedì dalle 21,00 alle 22,00

Durata: 10 ore (10 incontri)

Costo: € 50.00

Inizio corso: 6/10/2026

Durante le lezioni si apprenderanno balli di vario tipo.

La facilità dei passi rappresenta il punto di forza dei balli di gruppo.

Non è necessario essere in coppia.

I Nostri laboratori hanno le seguenti finalità:

Connessione sociale e senso di comunità
Riduzione dello stress e dell'ansia
Maggiore concentrazione e attenzione
Aiuto contro la depressione
Miglioramento della memoria e della funzione cognitiva

Partecipa anche tu

BURRACO CHIACCHIERE E CAFFE'



Partecipazione libera.
Durata: tutto l'anno
Lunedì e venerdì dalle 15,00 alle 17,30
Dove: Sala "D" Centro del riuso Via Gramsci, 5

IL SALOTTO DI MARISA UNCINETTO/LAVORI A MAGLIA



Partecipazione libera.
Durata: tutto l'anno
Martedì dalle 15,00 alle 17,30
Dove: Sala "D" Centro del riuso
Via Gramsci, 5



Corsi 2026/2027



	CORSO	INSEGNANTE	GIORNO	ORARIO
1	INGLESE AVANZATO	ROMANO CANEVARI	MERCOLEDI'	17,30-19,00
2	HATHA YOGA	DEMIS DI LILLO	LUNEDÌ	17.30-19.00
3	TAI CHI CHUAN (avanzato)	ENRICO TONALI	LUNEDI'	19.30-21.00
4	BALLI DI GRUPPO SERALE	ROBERTA DESA	MARTEDI'	21,00-22,00
5	BALLI DI GRUPPO POMERIGGIO	ROBERTA DESA	MERCOLEDI'	15,00-16,00
6	TAI CHI CHUAN	ENRICO TONALI	GIOVEDI'	20.00-21.30



**Lo sapevi che l'associazione
l'Albero delle Idee gestisce il
centro Ri-Diamo?**



**Vieni a trovarci in
Via Gramsci 5 - Travacò Siccomario
Lunedì-Mercoledì-Sabato
dalle 15,00 alle 17,30**