

Corsi 2014 primavera

Per iscrizioni e informazioni: Liber Arci,

Via Sirtori, 32 - 23891 Barzanò - Lecco.

Tel. 348.6489995

corsi@liberarci.com

www.liberarci.com

I Corsi Arci sono un'occasione per impiegare il tempo libero imparando e divertendosi in modo creativo. I Circoli ed il Comitato promuovono corsi a prezzi popolari organizzati nel territorio di Lecco e provincia, ai quali possono accedere tutti i Soci Arci. "Uno dei modi per allontanare lo stress, la solitudine, la televisione, il computer, il divano: sono i nostri corsi. Imparare è facile, divertente, rilassante, economico."

DANZA DEL VENTRE: Corso base Martedì (dalle 20.00 alle 21.00) e Corso intermedio (dalle 21.00 alle 22.00), dal 7 gennaio; per 12 incontri €120 + tessera Arci, ulteriori 12 incontri fino a giugno, Palestra comunale di Viganò. Per chi fa l'iscrizione unica grande sconto. **Insegnante:** Claudia Corti

DANZE POPOLARI: Mercoledì dalle 21.00 alle 22.30 dal 22 gennaio, per 10 incontri €80 + tessera Arci. Palestra comunale di Viganò **Insegnante:** Morgan Fazio

BREAKDANCE, corso base a partire dai 16 anni: Mercoledì (dalle 20.00 alle 21.30) dal 5 febbraio; per 10 lezioni, €100 + tessera Arci. Presso Circolo Liber Arci. **Insegnante:** Daniele De Angelis

PILATES: Giovedì, dalle 18.00 alle 19.00 dal 13 febbraio, per 16 incontri €130 + tessera Arci. Aula Magna Comune di Sirtori. Possibilità di un corso il venerdì mattina previo accordi. **Insegnante:** Giovanni Capra.

POTATURA INVERNALE ALBERI DA FRUTTA: Nozioni tecnico-pratiche specifiche per eseguire le corrette potature degli alberi da frutto. Giovedì dalle 20.45 alle 22.30 per 2 incontri (dal 27 febbraio 2014) €22 + tessera Arci. Circolo Liber Arci di Barzanò **Insegnanti:** Luigi Cereda e Aldo Colombo

ORTO DOMESTICO: Impariamo a gestire un proprio orto, giovedì (dalle 20.45 alle 22.30) per 4 incontri 2014, più un'uscita dal 27 Marzo, €40 + tessera Arci. Circolo Liber Arci di Barzanò. **Insegnanti:** Luigi Cereda e Aldo Colombo

RICONOSCERE LA QUALITÀ DEL MIELE: Corso di degustazione per adulti e bambini in collaborazione con l'apicoltura Melyos. Si approfondiranno gli aspetti produttivi del miele vergine

integrale. Sabato 8 febbraio 2014 dalle 15.00 in sede circolo Liber Arci. **Insegnanti:** Elio e Alfonso Bonfanti apicoltori.

PANIFICAZIONE CON LA PASTA MADRE: Le farine, usi dei diversi lieviti, tipologie di lavorazione, impasti e tempi di cottura. Fare il pane in casa, è facile, divertente e sano. Sabato 22 febbraio, dalle ore 17.00 in sede circolo Liber Arci. €18 + tessera Arci, compreso materiale e il pane che farai. **Insegnante:** Sala Paolo panettiere a Viganò.

SCUOLA DI TRUCCO (make up), Il corso sarà un'occasione per imparare a truccarsi, giocare con la fantasia dei colori e l'estro di un trucco inedito, che rinnova e fa sentire più curate o più grintose e affascinanti. Da Lunedì 3 marzo, dalle ore 18.00 alle 19.30 per 5 lezioni in sede circolo Liber Arci. €60 + tessera Arci. **Insegnante:** Roberta Ferrario, diplomata in estetica Professionale corso di trucco e moda.

MEDICI DI SE STESSI: Un corso per saperne di più sul rapporto tra alimentazione e malattie. Tutti gli insegnamenti sono volti al ripristino del potere di guarigione insito in ognuno di noi, per un recupero naturale dello stato di salute. Martedì dalle 18.30 alle 20.00 dal 18 febbraio per 6 incontri, €50 + tessera Arci. **Insegnante:** Massimo Bianchessi. Naturopata e ricercatore, autore del libro "Come sono guarito dalla psoriasi". Presso Circolo Liber Arci.

Sono disponibili corsi e docenze per incontri di: **GRAFOLOGIA, PRIMO SOCCORSO, FOTOGRAFIA e INFORMATICA** da attivare in base alle richieste.

INFO SUI CORSI PRIMAVERA 2014

Le iscrizioni si raccolgono nella sede del Circolo:
**LUNEDÌ 13 – 20 – 27 gennaio e
LUNEDÌ 3 – 10 – 17 febbraio 2014,
dalle 17 alle 18.30**

Il circolo Liber Arci si riserva di annullare i corsi che non raggiungono il numero minimo d'iscritti rimborsando la quota d'iscrizione. L'iscrizione vincola al pagamento dell'intera somma prevista. Per i nuovi iscritti di alcuni corsi sarà possibile, a richiesta, una lezione di prova. **Agevolazioni per disoccupati e cassintegrati.**

chi siamo, cosa facciamo...

Nei circoli Arci ci si incontra, si condividono interessi e passioni, si scopre il piacere di stare e di fare insieme.

Si organizzano momenti di socialità, occasioni di formazione e conoscenza, si fa cultura. Ci si batte per i diritti di tutte e di tutti, contro ogni forma di esclusione o discriminazione. Si offre solidarietà e sostegno ai più svantaggiati. Si promuove la pace e la cooperazione fra i popoli.



Essere socio Arci significa fare da protagonista un'esperienza collettiva, contribuire concretamente a una società più serena e più giusta.