

Per informazioni

**Rivolgersi Settore Servizi alla Persona
Segreteria Istruzione, Cultura, Sport**

035/532230

035/532284

Orari apertura

Da lunedì a venerdì (escluso il giovedì)

10.00 – 13.00

Mercoledì

15.00 – 19.00

Sito Comunale: <https://www.comune.azzanosanpaolo.bg.it>

Email: servizio.istruzione@comune.azzanosanpaolo.bg.it



COMUNE DI AZZANO SAN PAOLO



**Corso di Yoga
2026/2027**

Lo Yoga è una disciplina che, attraverso la pratica e l'autodisciplina, aiuta a conoscere sé stessi. La pratica dell'Hatha Yoga rafforza, armonizza e riequilibra il corpo fisico. Aumenta la concentrazione e, attraverso la respirazione consapevole, calma la mente.

QUANDO

Una volta alla settimana, per la durata di un'ora e un quarto, **ogni martedì dalle 18:30 alle 19:4 a partire dal 6 ottobre**

DURATA

L'attività inizia a ottobre e termina a maggio.

La frequenza è quadrimestrale: **ottobre-gennaio** e **febbraio-maggio**, per un totale di **28 lezioni**.

I partecipanti saranno da un minimo di **10** a un massimo di **20 persone**.

La prima lezione, per chi volesse provare, è gratuita.

A CHI SI RIVOLGE

Il corso è rivolto a **uomini e donne, senza limiti di età** residenti e non.

ISCRIZIONI

Le iscrizioni si ricevono esclusivamente presso la **Segreteria Istruzione, Cultura, Sport**, negli orari di apertura al pubblico, entro (scarica dal sito il modulo):

- **Venerdì 2 ottobre 2026** per il primo corso (ottobre-gennaio);
 - **Lunedì 25 gennaio 2027** per il secondo corso (febbraio-maggio).
- **In caso di raggiungimento del numero massimo di partecipanti, sarà data priorità a chi ha frequentato il corso negli anni precedenti.**

COSTI

La quota di iscrizione a ogni corso, comprensiva di costo palestra, istruttore e copertura assicurativa, può variare in base al numero di iscritti:

€ 107,00 a quadrimestre – con meno di 15 iscritti

€ 90,00 a quadrimestre – con almeno 15 iscritti

Il pagamento dovrà essere effettuato mediante **bonifico bancario**. Le coordinate sono presenti sul bollettino di pagamento che verrà consegnato allegato al modulo di iscrizione.

N.B.: La quota definitiva sarà confermata alla chiusura delle iscrizioni.

MATERIALE

Si richiedono **abbigliamento comodo e materassino**.

Il corso sarà tenuto dalla **signora Maria Rosa Gibellini**, in collaborazione con il **C.S.I.** (**prevista copertura assicurativa**)

DOVE (novità!!!)

L'attività si svolge presso la **Sala Danza di Via Verdi 1A, Azzano S. P.**

