



Associazione
ricreativa
e culturale
Comune di
Muzzano

L'**Associazione ricreativa e culturale del Comune di Muzzano** ha il piacere di riproporre un classico del nostro paese e vi invita a trascorrere un bel pomeriggio insieme con merenda e caldarroste per tutti.

CASTAGNATA AD AGNUZZO
DOMENICA 8 OTTOBRE 2023
ore 16.00
PIAZZA SANT'ANDREA

In caso di pioggia, la manifestazione si terrà nella sala multiuso

Vi aspettiamo numerosi!
Il comitato



L'Associazione ricreativa e culturale di Muzzano ha il piacere di suggerirvi due attività piacevoli sia per il corpo che la mente in sala multiuso a Muzzano:



Balli di gruppo

Anche quest'anno Antonietta è a disposizione per trascorrere dei momenti spensierati con voi.

I corsi sono rivolti a tutte le fasce di età.

Periodo: dal 3 ottobre, una volta a settimana secondo il calendario scolastico.

Giorno e orario: martedì sera 20.30-21.30

Costo: Fr. 120.– per 10 lezioni

Per informazioni ed iscrizioni potete contattare direttamente la signora Antonietta Ricciardi al numero 079 262 40 30 oppure via e-mail all'indirizzo: anto_hobby_danze@hotmail.com



Yoga dolce per la terza età

Tanja e Tamara vi invitano a seguire con loro un percorso yoga

Fascia di età: terza età (indicativamente dai 65 a 75 anni).

Periodo: dal 4 ottobre, una volta a settimana secondo il calendario scolastico.

Giorno e orario: mercoledì mattina 9.30-10.45

Costo: Fr. 18.– a lezione, non è possibile pagare la lezione singola ma verranno proposti dei pacchetti da circa 5/6 lezioni. Prima lezione di prova gratuita (minimo iscritti 8 persone)

Materiale da portare: tappetino, abbigliamento comodo e copertina.

Per informazioni: www.spazioyogaticino.ch e www.sundarideviyoga.com;

per iscrizioni contattare la signora Nicoletta Cattelan al numero 079 817 33 53 oppure via e-mail all'indirizzo nicocattelan@yahoo.it entro 10 giorni prima dell'inizio del corso.