

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29 Presso il Salone Danza (Insegnante Rosy)

Lunedì:

*** Primo quadrimestre: inizio corsi lunedì 27 settembre 2010 fine corsi lunedì 7 febbraio 2011**

**** Secondo quadrimestre: inizio corsi lunedì 14 febbraio 2011 fine corsi lunedì 13 giugno 2011**

- h. 19.00 –20.00 Danza del ventre – Corso Principianti / Base
- h. 20.30 – 21.30 Danza del ventre – Corso Intermedio
- h. 21.30 – 22.30 Danza del ventre – Corso Principianti / Intermedio
(indicato a chi ha frequentato almeno 1 anno di corso)

Mercoledì:

*** Primo quadrimestre: inizio corsi mercoledì 29 settembre 2010 fine corsi mercoledì 9 febbraio 2011**

**** Secondo quadrimestre: inizio corsi mercoledì 16 febbraio 2011 fine corsi mercoledì 15 giugno 2011**

- h. 20.30 – 21.30 Danza del ventre – Corso Principianti / Base
- h. 21.30 – 22.30 Danza del ventre – Corso Avanzato
(indicato a chi ha frequentato almeno 3 anni di corso)

INFORMAZIONI GENERALI

- **Lezioni di prova gratuite anche a corsi già iniziati**

- Il materiale accessorio (velo, bastone, cimbali ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- I corsi sono annuali e suddivisi in 2 quadrimestri di 16 lezioni ciascuno (fine settembre/metà febbraio e metà febbraio/metà giugno)
- Il contributo è pari a € 180 per quadrimestre se pagato in unica soluzione, in due rate € 95 + 95
- Carnet di 12 lezioni (utilizzabili all'interno di un quadrimestre) contributo pari ad € 145
- Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione.

PROMOZIONI

.....Più amiche porti.... più sconto ricevi.....

Nel mese di ottobre, se presenti una nuova amica che si iscrive ai nostri corsi di danza, riceverai un buono sconto pari a € 5,00 da utilizzare nel quadrimestre successivo. (sino ad un massimo di euro pari al contributo per il tuo corso di danza)

Corsi di danza:

Milano – Viale Zara n. 9 (MM Gialla – Zara)
Presso Palestra Tra Cielo e Terra

(Insegnante Rosy)

Giovedì: (inizio corsi giovedì 14 ottobre 2010)

- h. 13.00 – 14.00 Danza del ventre – Corso benessere del medio-oriente (lezione di prova giovedì 30 settembre 2010 h. 13.00/ 14.00)

INFORMAZIONI GENERALI

- **Lezioni di prova gratuite anche a corsi già iniziati**
- Il materiale accessorio (velo, bastone, cimbali ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- I corsi sono annuali e suddivisi in 3 cicli di 10 lezioni ciascuna (settembre / dicembre - gennaio / marzo – aprile / giugno)
- Il contributo è pari a € 120 per ciclo di corsi
- Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione, oppure iscrizione alla Palestra “Tra Cielo e Terra”.



Corsi di ginnastica dolce e benessere Medio - Orientale:


Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29 (Insegnante Rosy)
Presso il Salone Danza

Lunedì: (inizio corsi lunedì 27 settembre 2010)

17.00 – 18.00 Ginnastica dolce e benessere del medio oriente

Il corso è adatto a donne di ogni età studiato appositamente per prevenire e risolvere rigidità di spalle, braccia, mani, busto, bacino e gambe. Inoltre è particolarmente indicato per eliminare tensioni muscolari e cervicali e serve per rinforzare i muscoli addominali e pavimento pelvico.

INFORMAZIONI GENERALI

- 
- **Lezioni di prova gratuite anche a corsi già iniziati**
 - I corsi sono annuali e suddivisi in 2 quadrimestri di 16 lezioni ciascuno (fine settembre/metà febbraio e metà febbraio/metà giugno)
 - Il contributo è pari a € 160 per quadrimestre se pagato in unica soluzione, in due rate € 85 + 85
 - Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2009 ad agosto 2010) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione.
 - Corso novità

PROMOZIONI

Nel mese di ottobre, se presenti una nuova amica che si iscrive ai nostri corsi di danza , riceverai un buono sconto pari a € 5,00 da utilizzare nel quadrimestre successivo.

(sino ad un massimo di euro pari al contributo per il del tuo corso di ginnastica)

Corsi di Approfondimento: Stage e/o Laboratori Coreografici Medio - Orientale:

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29
Presso il Salone Danza

(Insegnante Rosy)

Ottobre:

Domenica 24 ottobre 2010 dalle h. 14.30 alle 16.30 e dalle h. 16.30 alle h. 18.30

Laboratorio Coreografico: Fusion Dance Occidentale - Arabo: coreografia teatrale

Laboratorio Coreografico: Fusion Dance Occidentale - Arabo: studio coreografia stile anni '80 – '90

Novembre:

Domenica 21 novembre 2010 dalle h. 14.30 alle 16.30 e dalle h. 16.30 alle h. 18.30

Laboratorio Coreografico: “saidi” studio tecnica e coreografia uso del bastone coreografico

Laboratorio Coreografico: Fusion Dance Occidentale - Arabo: studio coreografia stile anni '80 – '90

Dicembre:

Domenica 19 dicembre 2010 dalle h. 14.30 alle 16.30 e dalle h. 16.30 alle h. 18.30

Laboratorio Coreografico: Fusion Dance Occidentale - Arabo: coreografia teatrale

Laboratorio Coreografico: Fusion Dance Occidentale - Arabo: studio coreografia stile anni '80 – '90

******... Telefonare prima di presentarsi per avere conferma di date ed orari...******

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale accessorio (velo, bastone, cimbali ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- Il contributo è pari a € 26 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico
- Il contributo è pari a € 22 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico se soci Cheope

SCONTO: se frequenti tutti e due gli stage il contributo è pari a: € 38 per gli iscritti e di € 44 per i non iscritti

Corsi di Approfondimento: Stage e/o Laboratori Coreografici Medio - Orientale:

Vailate (Cr) - Via Martiri della Libertà n. 41 (Insegnante Rosy)
Presso il Centro il Loto **Vieni a fare danza..... al nuovo Bed end Breakfast..**

Settembre:

Venerdì 24 settembre 2010 dalle h. 20.30 alle 22.00
Il Magico mondo della Danza del Ventre: movimenti e tecnica base + piccoli passaggi coreografici

Ottobre:

Venerdì 8 ottobre 2010 dalle h. 20.30 alle 22.00
Scopri i benefici ed i segreti della tecnica dei movimenti della Danza del Ventre: studio approfondito dei movimenti base del bacino, morbidi, dolci e sinuosi + piccoli passaggi coreografici

Venerdì 22 ottobre 2010 dalle h. 20.30 alle 22.00
La Danza del Ventre ed il benessere psicofisico: studio approfondito dei movimenti base del bacino, spalle, collo e arti superiori + piccoli passaggi coreografici

Novembre:

Venerdì 5 novembre 2010 dalle h. 20.30 alle 22.00
Stage Velo: studio della tecnica per l'utilizzo del velo coreografico + studio breve coreografia

Venerdì 19 novembre 2010 dalle h. 20.30 alle 22.00
Laboratorio Coreografico: "tribal Arabo fusion dance" studio tecnica e coreografia stile Afro / Arabo + studio coreografia

******... Telefonare prima di presentarsi per avere conferma di date ed orari...******

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale accessorio (velo, bastone, cimbali ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- Il contributo è pari a € 22 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico
- Il contributo è pari a € 18 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico se soci Cheope

Corsi di Approfondimento: Stage e/o Laboratori Coreografici Medio - Orientale:

Treviglio (Bg) - Via Leoncavallo n. 8
Presso Club D & F

(Insegnante Rosy)

Ottobre:

Sabato 9 ottobre 2010 dalle h. 15.00 alle 17.00

La Danza del Ventre ed il benessere psicofisico: studio approfondito dei movimenti base del bacino, spalle, collo e arti superiori + piccoli passaggi coreografici

Sabato 23 ottobre 2010 dalle h. 15.00 alle 17.00

Scopri i benefici e i segreti della tecnica dei movimenti della Danza del Ventre e del mondo del Medio - Oriente: studio approfondito dei movimenti base del bacino, del tronco e della testa con movimenti morbidi, dolci e sinuosi + piccoli passaggi coreografici

Novembre:

Sabato 6 novembre 2010 dalle h. 15.00 alle 17.00

L'affascinante mondo della Danza del Ventre: modella il tuo corpo con tecnica e movimenti sinuosi e ritmici (otto e cerchi, ondulazioni e spostamenti laterali, camminate e vibrazioni)

Sabato 20 novembre 2010 dalle h. 15.00 alle 17.00

Stage Saidi: studio della tecnica per l'utilizzo del bastone (saidi) + studio breve coreografia

****** ... [Telefonare prima di presentarsi per avere conferma di date ed orari...](#) ******

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale accessorio (velo, bastone, cimbali ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- Il contributo è pari a € 26 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico (senza quota associativa)
- Il contributo è pari a € 22 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico se soci D & F Club
- Il contributo è pari a € 22 ogni singolo Stage/Laboratorio Coreografico se soci Cheope



Laboratorio Permanente Avviamento allo Spettacolo:

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29
Presso il Salone Danza

(Insegnante Rosy)

Ottobre:

Venerdì 29 ottobre 2010 dalle h. 20.45 alle 22.45

Novembre:

Venerdì 12 novembre 2010 dalle h. 20.45 alle 22.45


Dicembre:

Venerdì 17 dicembre 2010 dalle h. 20.45 alle 22.45

******* Ulteriori incontri nel trimestre ottobre / gennaio verranno concordati con i partecipanti al corso *******

******... Telefonare prima di presentarsi per avere conferma di date ed orari...******

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale accessorio (velo, bastone, cimbali ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
 - Il contributo è pari a € 30 ogni singolo incontro se soci Cheope
 - Il contributo è pari a € 26 ogni singolo incontro se soci Cheope partecipanti ai corsi di studio danza come principianti, intermedi e Stage e/o Laboratori Coreografici
 - Il contributo è pari a € 22 ogni singolo incontro se soci Cheope partecipanti al corso intermedio/avanzato
 - Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione
 - Corso novità
- 



Corso di Danze Latino Americane:

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29
Presso il Salone Danza

- Il corso verrà effettuato con la presenza minima di 5 persone -

Le date degli incontri nel trimestre ottobre / gennaio verranno concordati con i partecipanti al corso

Ogni singolo incontro / lezione ha una durata di studio di 2 ore

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale accessorio (ventaglio ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- Il contributo è pari a € 25 ogni singolo incontro a persona
- Il contributo è pari a € 35 ogni singolo incontro a coppia (dama + cavaliere)
- Il contributo è pari a € 20 ogni singolo incontro a persona se soci Cheope
- Il contributo è pari a € 30 ogni singolo incontro a coppia (dama + cavaliere) se soci Cheope
- Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione
- Corso novità



Corso di Danze Caraibiche:

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29
Presso il Salone Danza

Il corso verrà effettuato con la presenza minima di 6 persone -

Ogni singolo incontro / lezione ha una durata di studio di 2 ore

Mini Corsi - Stage - Workshop di Bachata , Salsa e Merengue e Tango Argentino

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale accessorio (ventaglio ecc.), verrà messo gratuitamente a disposizione dei partecipanti
- Il contributo è pari a € 25 ogni singolo incontro a persona
- Il contributo è pari a € 35 ogni singolo incontro a coppia (dama + cavaliere)
- Il contributo è pari a € 20 ogni singolo incontro a persona se soci Cheope
- Il contributo è pari a € 30 ogni singolo incontro a coppia (dama + cavaliere) se soci Cheope
- Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione
- Corso novità





Corso di Percussioni:

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29
Presso il Salone Danza

(Insegnante Aziz)

- Il corso verrà effettuato con la presenza minima di 5 persone -

Le date degli incontri nel trimestre ottobre / gennaio verranno concordati con i partecipanti al corso

Ogni singolo incontro / lezione ha una durata di studio di 2 ore

INFORMAZIONI GENERALI

- Il contributo è pari a € 25 ogni singolo incontro
- Il contributo è pari a € 22 ogni singolo incontro se soci Cheope
- Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione
- Corso novità





Corso di Lingua Araba:

Cassano d'Adda (Mi) - Via Quintino di Vona n. 29
Presso il Salone Danza

(Insegnante Sami)

Mercoledì: h. 20.00 – 21.15 data presentazione ed inizio corsi mercoledì 6 ottobre
Corso base di grammatica, scrittura, pronuncia e conversazione

- **Il corso verrà effettuato con la presenza minima di 5 persone** -

****... Telefonare prima di presentarsi per avere conferma di date ed orari...****

INFORMAZIONI GENERALI

- Il materiale didattico (dispense, schede, ecc.), verrà fornito gratuitamente ai partecipanti
 - Il corso è annuale e suddiviso in 2 quadrimestri di 16 lezioni ciascuno (ottobre / febbraio - marzo / giugno)
 - Il contributo è pari a € 230 per quadrimestre se pagato in unica soluzione, in due rate € 120 + 120
 - Quota associativa annuale Cheope (da settembre 2010 ad agosto 2011) di € 35 comprensiva di iscrizione al CONI e assicurazione.
 - Corso novità
- 