



## Presentazione corsi 2020 / 2021

### Sabato 12 e domenica 13 settembre 2020

- **45 opportunità** per provare gratuitamente le tante proposte di Centro Natura per la stagione 20-21 \*
- **La novità** è che le puoi effettuare o presso le nostre sale o da casa tua tramite collegamento online \*
- **A pranzo ti puoi concedere una pausa all'insegna del gusto** con i piatti del ristorante biologico vegetariano, che include anche molte proposte vegane
- **La Scuola di Naturopatia** presenta corsi monotematici e di formazione continua:
  - Riflessologia Plantare \*
  - Medicina Tradizionale Cinese e tecniche di massaggio \*
  - Massaggio tradizionale thailandese \*
  - Fiori di Bach per animali \*

### Inoltre

- **sabato 12 alle 18:30 nella sala del camino**
  - presentazione de *"La casa del Guercino a Bologna"*, con le autrici **Marta Cominato** e **Barbara Ghelfi**, Alma Mater Studiorum Università di Bologna;
  - minitour con **Miriam Forni**, guida turistica.
  - *Posti limitati è necessaria la prenotazione.* \*
- **dalle 19:15 alle 22:00, si apre la stagione delle cene d'autore.**
  - *Si consiglia la prenotazione a gruppi di 6 o più persone*
- **Onoriamo la storia.** *I pannelli dedicati alla storia dei venti anni di Centro Natura e delle realtà che l'hanno preceduta sono esposti nella sala dell'arco.*

**Per informazioni: [info@centronatura.it](mailto:info@centronatura.it)**

*\*Per partecipare alle iniziative in sede, nel rispetto della normativa relativa al contenimento diffusione COVID 19, è necessario prenotare telefonicamente ai numeri 051223331 - 051235643 a partire dal 1° settembre.*

*I posti in sede sono riservati a coloro che non siano stati iscritti in precedenza al corso presentato.*

*Per tutti gli altri sarà possibile partecipare alle presentazioni online. I link sono allegati nella seguente Presentazione-online-corsi-2020-21 del nostro sito.*

# Presentazione gratuita corsi

## SABATO 12 SETTEMBRE 2020

ORA	ATTIVITA'	INSEGNANTE	SALA	ONLINE
10:30-12:00	In forma con Pino	Pino Cuscini	A	SI
10:30-12:00	Ossa per la vita®	Pierpaola Guccini	D	SI
10:45-11:45	A.M.A. Parkinson	Martina Delprete	B	NO
10:45-11:45	Metodo Feuerstein®	Benedetta Quadri	Arco	NO
11:00-12:00	Yoga Dinamico	Ramazzotti S. Gamberini G. Codogno E.	C	SI
11:45-13:15	Tantric Rebirthing	Paolo Pozzati	A	NO
12:00-13:00	A.M.A. Lombalgia	Martina Delprete	B	SI
12:15-13:00	Ginnastica posturale	Pierpaola Guccini	C	SI
12:45-13:45	Hatha Yoga	Scuola di Yoga Centro Natura	E	SI
15:00-16:00	Pilates matwork	Alessandro Fattorini	B	SI
15:00-16:30	Yoga Therapy	Simonetta Cinelli	C	SI
15:15-16:15	Judo giovani e adulti	Pino Cuscini	A	NO
15:15-16:15	Yoga Bimbi	Virginia Farina	D	NO
15:30-16:45	Laboratorio teatrale "La poesia del corpo"	AOIDOS - Trainer A. Faraona	E	NO
16:15-17:30	Danza contemporanea	Martina Delprete	B	NO
16:30-17:30	Raja Yoga	Virginia Farina	D	SI
16:45-17:45	Judo bambini 4 e 5 anni	Pino Cuscini	A	NO
16:45-18:00	Biodanza®	Maurizio Mioli - Laura Jacopino	C	NO
17:45-19:00	Danza energetica femminile	Maria Marinez Penalba	B	SI
17:45-18:45	Yoga Posturale	Gabriella Gamberini	D	SI
18:00-19:30	Scuola di Shiatsu	Araba Fenice	A	NO

## DOMENICA 13 SETTEMBRE 2020

ORA	ATTIVITA'	INSEGNANTE	SALA	ONLINE
10:15-11:15	Judo bambini e ragazzi	Pino Cuscini	A	NO
10:15-11:15	Riflessologia plantare	Matteo Sabattini / Scuola di Naturopatia	E	SI
10:30-11:30	Danza bimbi 3-6 anni	Flavia Grendene	B	NO
10:45-11:45	Hatha Yoga	Scuola di Yoga Centro Natura	C	SI
11:30-12:30	MTC e tecniche di massaggio	Sabattini - Leardini / Scuola di Naturopatia	E	SI
11:45-12:45	Pilates matwork	Marta Miniucchi	B	SI
12:00-13:00	Hatha Yoga	Scuola di Yoga Centro Natura	C	SI
12:15-13:30	Meditazione corpo-mente consapevole	Gianfranco Bertagni	D	SI
13:00-14:00	Garuda Barre	Marta Miniucchi	B	NO
15:00-16:00	Pancafit®	M. Monzù e S. Brugalossi	B	NO
15:00-16:00	Yoga gravidanza e Mum & baby yoga	Barbara Donati	D	SI
15:15-16:15	Ginnastica Posturale	Silvia Nannetti	C	SI
15:30-16:30	Massaggio Thailandese tradizionale	Marica Cima / Scuola di Naturopatia	E	SI
16:15-17:15	Pilates matwork	Edoardo Fabbri	A	SI
16:15-17:15	Yoga dolce	Barbara Donati	D	SI
16:30-17:30	Pancafit®	M. Monzù e S. Brugalossi	B	NO
16:30-18:00	Erboristeria	Alfredo Morri	Arco	no
16:45-18:00	Metodo Feldenkrais®	Silvia Nannetti	C	SI
17:00-18:15	Fiori di Bach per animali	P. Beretta - S. Marianucci / Scuola di Naturopatia	E	SI
17:30-19:00	Qi Gong Scuola San Yi Quan	B. Gasparroni e S. Mulazzani	D	SI
17:45-18:45	In forma con Pino	Pino Cuscini	A	SI
18:00-19:00	Pilates matwork	Giuseppe Spinelli	B	SI
18:00-19:30	Corsi di cucina naturale	Pina Siotto	Risto	NO
18:15-19:15	Yoga e colonna vertebrale	Ramazzotti S. - Gamberini G.	C	SI