



CASA DI QUARTIERE

Boifava



CORSI 2026

Programma da OTTOBRE

LUNEDI	
09.00 – 10.00	GINNASTICA POSTURALE
10.00 – 11.00	GINNASTICA POSTURALE
10.00 – 12.00	LIBERA AGGREGAZIONE
11.00 – 12.00	PILATES
12.00 – 13.00	PILATES
MARTEDI'	
9.00 - 11.00	INGLESE BASE
14.30 - 15.30	STRETCH & TONE
15.30 - 16.30	STRETCHING
MERCOLEDI'	
09.30 – 10.30	GINNASTICA DOLCE
10.30 - 11.30	GINNASTICA DOLCE
11.30 - 12.30	GINNASTICA DOLCE
GIOVEDI'	
09.30 - 12.30	LIBERA AGGREGAZIONE
14.30 – 16.30	CORSO ITALIANO L2
VENERDI'	
09.00 – 10.00	GINNASTICA DOLCE
10.00 – 11.00	GINNASTICA DOLCE
11.00 – 12.00	GINNASTICA DOLCE
12.00 – 13.00	GINNASTICA DOLCE
14.30 - 15.45	GRUPPI DI CAMMINO (secondo calendario)
16.00 – 17.15	GRUPPI DI CAMMINO (secondo calendario)

CORSI E ATTIVITA' DELLE ALTRE ASSOCIAZIONI PRESENTI PRESSO LA TUA CASA DI QUARTIERE

Per informazioni, costi e iscrizioni delle attività proposte dalle Associazioni presenti presso la Casa di Quartiere scrivere a M.Municipio5CasadiQuartiere@comune.milano.it

- | | |
|-----------|---|
| • SCHERMA | - MARTEDI E GIOVEDI 17-19.45 – ASD ROVELLASCA |
|-----------|---|

Casa di Quartiere Boifava

Orari di segreteria **dal 5 ottobre 2026**: da Lunedì e Giovedì - 9.30 - 12.30

Via Boifava, 17 | tel 02.884.58551 - Mezzi pubblici: Tram 3 / 15

Ufficio Coordinamento Casa di Quartiere

M.Municipio5CasadiQuartiere@comune.milano.it

Telefono 02 884.63386-58515

