



Università Popolare Biellese APS

Biella, Via L.Delleani 33/d

Cossato, Via Martiri della Libertà 14

Tel. 015.8497380



Salute e benessere

Ginnastica in piscina

S316B Roberta Becchio Galoppo; giugno, venerdì, 14.00-18.00; Lac et soleil, Viverone (info in segreteria)

Cristalli e colori per il benessere

S300B Francesca Casellato; settembre, lunedì, 21.00-22.30; Biella; € 40,00

Come armonizzare le energie della casa

S301B Francesca Casellato; settembre, lunedì, 19.30-21.00; Biella; € 40,00

Antiviolenza e autoconsapevolezza

Difesa personale per donne dai 16 anni in su

S302B Marco Bergamo; settembre, mercoledì, 19.30-21.00; Biella ; € 40,00

Salto della corda (Jump Rope)

S303B Lisa Bergamasco; giugno, martedì, 18.30-19.15; Biella,; € ,40,00

Danza Fitness

S313E Roberto Tomasoni ; giugno, mercoledì, 17.45-18.45; Cossato; € 40,00

Avvicinamento alla danza orientale

S304B Cristina Martelli; settembre, martedì, 19.30-21.30; Biella; € 40,00

Introduzione ai balli sardi

S318B Maria Grazia Husain; giugno, venerdì, 20.00-21.00; Biella; € 40,00

Pilates: sciolti e rilassati ... verso l'estate

S316B Rita Monteferrario; maggio-giugno, martedì, 19.30-20.30; Biella, € 40,00

Pilates: sciolti e rilassati ... verso l'estate

S317B Rita Monteferrario; luglio, martedì, 19.30-20.30; Biella, € 30,00

Corpo Libero, ginnastica classica

S305B Roberta Becchio Galoppo; giugno, martedì, 9.00-10.00; Biella, € 40,00

Slow Gym: pilates posturale

S306B Roberta Becchio Galoppo; giugno, lunedì, 15.00-16.00; Biella, € 40,00

S307B Roberta Becchio Galoppo; giugno, giovedì, 13.00-14.00; Biella, € 40,00

S308B Roberta Becchio Galoppo; giugno, venerdì, 13.00-14.00; Biella, € 40,00

Total Body, ginnastica posturale

S309B Roberta Becchio Galoppo; giugno, martedì, 15.00-16.00; Biella, € 40,00

S310B Roberta Becchio Galoppo; giugno, mercoledì, 15.00-16.00; Biella, € 40,00

S311B Roberta Becchio Galoppo; giugno, giovedì, 9.00-10.00; Biella, € 40,00

Fitness

S312B Roberta Becchio Galoppo; giugno, martedì, 13.00-14.00; Biella, € 40,00

Camminata Fitness

S313B Roberta Becchio Galoppo; giugno, mercoledì, 14.00-15.00; Biella, € 40,00

Sweet Ton Up

S314B Roberta Becchio Galoppo; giugno, lunedì, 11.00-12.00; Biella, € 40,00

Aerobica

S315B Roberta Becchio Galoppo; giugno, mercoledì, 13.00-14.00; Biella, € 40,00

Lingue

Inglese per viaggiare

L300B Daniela Ragazzoni; maggio-giugno, mercoledì, 10.30-12.00; Biella, € 60,00

L'ABC dell'inglese per viaggiare

L301B Sara Bortolozzo; giugno, lunedì, 18.00-19.00; Biella, € 40,00

Teoria e Pratica

Cucito per principianti

T300B Vanna Giustetti; aprile-giugno, mercoledì, 18.30-20.30; Biella; € 95,00

T301B Vanna Giustetti; aprile-giugno, giovedì, 15.00-17.00; Biella; € 95,00

Il mio psicoterapeuta ha le foglie

Tutto quello che devi sapere sul verde terapeutico

T302B Fabio Porta; settembre, mercoledì, 18.00-20.00; Biella; € 95,00

Junior

Difesa personale e antibullismo (6-10 anni), percorso Kids

L300B Marco Bergamo; settembre-maggio, giovedì, 17,00-18,00; Biella; € 200,00 primo quadrimestre, € 150,00 trimestre

Difesa personale e antibullismo (11-14 anni), percorso Junior

L301B Marco Bergamo; ottobre-maggio, giovedì, 18,00-19,00; Biella; € 150,00 a trimestre (€ 400,00 annuale)

Studiare meno, studiare meglio

Il Superpotere per ragazzi dalla IV elementare alla III media

L302B Sara Bortolozzo; 31 agosto al 4 settembre, tutti i giorni, 18,00-19,00; Biella; € 50,00

Scienze del diritto e della natura

Investire con metodo

Strategia, operatività e nuove opportunità

S005B Andrea Fabbris; maggio, lunedì, 18.30-20.00; Biella ; € 40,00

Arte, musica, spettacolo

Calligrafia, disegno e tecniche miste

A300B Cristina Martelli; giugno-luglio, martedì, 18.30-20.30; Biella; € 40,00

Pop Art: corso di pittura acrilica

A301B Giovanni Rosazza; maggio, giovedì, 19.00-21.00; Biella; € 40,00

Disegnare gli animali

A300E Gloria Meluzzi; giugno, venerdì, 19.30-21.00; Cossato; € 40,00

Manga, inchiostrazione

A301E Gloria Meluzzi; settembre, venerdì, 19.30-21.00; Cossato; € 40,00

Laboratorio creativo di bigiotteria

A311B Antonella Casellato; settembre, giovedì, 20.30-21.30; Biella; € 40,00

Decoupage: laboratorio creativo

A312B Antonella Casellato; settembre, giovedì, 18.30-20.30; Biella; € 40,00

Avvicinamento alla chitarra

A304B Riki Massini; giugno, mercoledì, 18.00-19.00; Biella; € 40,00

A305B Riki Massini; luglio, mercoledì, 18.00-19.00; Biella; € 40,00

A306B Riki Massini; settembre, mercoledì, 18.00-19.00; Biella; € 40,00

Chitarra

A307B Riki Massini; giugno, mercoledì, 19.00-20.00; Biella; € 40,00

A308B Riki Massini; luglio, mercoledì, 19.00-20.00; Biella; € 40,00

A309B Riki Massini; settembre, mercoledì, 19.00-20.00; Biella; € 40,00

Avvicinamento al canto

Canta divertendoti

A310B Elisa Pensotti; luglio, mercoledì, 19.00-20.30; Biella ; € 40,00

La Sicilia e i suoi tesori

Seconda parte

D300B Francesco Tempia Macchia; settembre, venerdì, 18,30-20,00; Biella; € 40,00

Le scienze della mente e della comunicazione

L'inconscio e il giardino

La natura diventa specchio dell'anima e delle emozioni. Il percorso esplora psiche e inconscio con scrittura e disegno in mezzo alla natura

C300B Rita Negro ; luglio, sabato, 17.30-19.30; Rosazza; Parco delle Ravere; € 10,00

Le scienze dell'uomo

Tra le pagine della mia storia

Laboratorio di scrittura autobiografica

D300B Maria Caiffa; aprile-maggio, mercoledì, 19,00-21,00; Biella; € 40,00

D300E Maria Caiffa; aprile-maggio, giovedì, 19,00-21,00; Cossato; € 40,00

orari delle segreterie

Biella, Via L. Delleani 33/d

da lunedì a venerdì, ore 10.00-12.30 e 16.00-19.00 - sabato, ore 10.00-12.00

Cossato, Via Martiri della Libertà 14

martedì, ore 9.00-12.30

mercoledì, ore 9.00-12.30 e 15.30-19.00

giovedì, ore 9.00-12.30