

# Calendario corsi Mononoke® 2016- 2017

**SicuramenteDONNA®** corso base "Zentai" - *Insieme* a cadenza settimanale:

**Preserale: 12 incontri di cui il primo di presentazione.**

Tutti i martedì **dal 27 Settembre 2016** dalle ore **18,15** alle ore **19,30**

**Presso la nostra sede di Lungo Dora Colletta 53 a Torino.**

---

**SicuramenteDONNA®** corso base "Zentai" - *Insieme* a cadenza settimanale:

**Serale: 12 incontri di cui il primo di presentazione.**

Tutti i giovedì **dal 24 Novembre 2016** dalle ore **20,15** alle ore **21,45**

**Presso la nostra sede di Lungo Dora Colletta 53 a Torino.**

---

**SicuramenteDONNA®** corso avanzato "Shinobu" - *Pazienza* a cadenza settimanale:

**Riservato a donne che abbiano frequentato almeno un corso base.**

**Serale: 12 incontri.**

Tutti i giovedì **dal 9 Marzo 2017** dalle ore **20,15** alle ore **21,45**

**Presso la nostra sede di Lungo Dora Colletta 53 a Torino.**

---

**SicuramenteDONNA®** corso base Full Immersion "Ishiki" - *Consapevolezza* :

Venerdì **21 Ottobre 2016** dalle ore **19,00** alle ore **22,00**

Sabato **22 Ottobre 2016** dalle ore **10,00** alle ore **19,00**

Domenica **23 Ottobre 2016** dalle ore **10,00** alle ore **19,00**

Sabato **5 Novembre 2016** dalle ore **10,00** alle ore **13,00** ritorno di riflessione esperienziale.

**Presso la nostra sede di Lungo Dora Colletta 53 a Torino.**

---

**SicuramenteDONNA<sup>®</sup> corso avanzato Full Immersion "Yūki"- *Coraggio* :**

**Riservato a donne che abbiano frequentato almeno un corso base o il corso avanzato "Shinobu".**

Da Venerdì **17 Marzo 2017** dalle ore **22,00** a Sabato **18 Marzo** alle ore **10,00**

Sabato **1 Aprile 2017** dalle ore **10,00** alle ore **12,00** ritorno di riflessione esperienziale.

**Presso la nostra sede di Lungo Dora Colletta 53 a Torino.**

---

**Per tutti i corsi oltre alla quota di partecipazione è previsto il tesseramento Mononoke<sup>®</sup> del costo di € 15,00 comprensivo dell'iscrizione all'Ente di promozione sportiva UISP.**

**Le date indicate nel calendario potrebbero essere passibili di cambiamenti.**