

I NOSTRI CORSI MOTORI PER LA SALUTE E IL FITNESS 2025/2026

SEDE UISP Via Berardo Maggi, 9 - Brescia



Met. YOGA

dalle 8:00 alle 9:00
dalle 19:00 alle 20:00

LUN
MER

Con Cinzia Messina

Met. PILATES

dalle 9:00 alle 10:00
dalle 19:00 alle 20:00

MAR
GIO

Con Sara Noci

Met. POSTURALE

dalle 17:00 alle 18:00

MAR
GIO

Con Cinzia Zanelli

Met. BODYTONIC

dalle 18:00 alle 19:00

MAR
GIO

Con Cinzia Zanelli

STRETCHING

dalle 17:00 alle 18:00

LUN
MER

Con Raffaella Romano

BIOENERGETICA

Ginnastica per tutti (tecniche corporee per benessere psicofisico)

dalle 9:00 alle 10:30

VEN

Con Eleonora Fraccaro

TAI CHI

dalle 11:00 alle 12:00

LUN
MER

Con Marino Pasotti

TAI CHI

dalle 20:00 alle 21:00

MER
VEN

Con Marino Pasotti

DANZA MODERNA & HIP HOP

dalle 16:30 alle 18:00

LUN

Con Patrizia Scollato

DANZA MODERNA & HIP HOP

dalle 18:30 alle 20:00

VEN

Con Patrizia Scollato

Met. BODYTONIC

dalle 18:00 alle 19:00

LUN
MER

Con Silvia Cristina Stefana

DANZE POPOLARI

dalle 20:30 alle 22:30

MAR

Con Giuliana Mazzola



Corsi e attività ricreativo-culturali in Sede Uisp

TAGLIO E CUCITO

dalle 20:15 alle 22:15

GIO

Con Maria Pia Schlitzer

SASHIKO E PATCHWORE

L'arte del tempo creare lentamente

dalle 20:15 alle 22:15

LUN

Con Maria Pia Schlitzer

SEDE UISP

 **UISP**
sportpertutti
Comitato di Brescia

VIA MAGGI, 9

**DA
GENNAIO
2026**

**RISVEGLIO
MUSCOLARE
LUN e MERC
MAR e GIOV**

10:00 - 11:00

**GINNASTICA
DOLCE**

**LUN e MERC
MAR e GIOV**

14:00 - 15:00



POLIVALENTE

Via Collebeato



TAI CHI

dalle 9:00 alle 10:00

LUN
MER

Con Marino Pasotti

GINNASTICA DOLCE

dalle 10:00 alle 11:00

LUN
MER

Con Cristina Simoni

Met. PILATES

dalle 8:30 alle 9:30
dalle 9:30 alle 10:30

MAR
GIO

Con Cristina Simoni

Met. POSTURALE

dalle 10:30 alle 11:30

MAR
GIO

Con Leinira Monteiro Dos Santos

Met. YOGA

dalle 11:30 alle 12:30

MAR
GIO

Con Leinira Monteiro Dos Santos



INFO E ISCRIZIONI

Ufficio Uisp: martedì e giovedì, dalle 10:00 alle 13:00 e dalle 14:00 alle 18:00 (*a partire dal 2 settembre 2025*)

 coordinatoresda.brescia@uisp.it

 030/47191

POLIVALENTE

VIA COLLEBEATO



DA
GENNAIO
2026

METODO YOGA

MAR e GIOV

11:30 - 12:30

TAI CHI

LUN e MERC

9:00 - 10:00

**GINNASTICA
DOLCE E POSTURALE**

LUN e MERC

10:00 - 11:00

con Cristina Simoni

MAR e GIOV

10:30 - 11:30

con Leinira Monteiro Dos Santos



ORATORIO

SANT'EUFEMIA

DA
GENNAIO
2026

**GINNASTICA
POSTURALE**
LUN e GIOV
9:15 - 10:15



DELEDDA

VIA PARENZO, 101

DA
GENNAIO
2026

METODO YOGA

LUN e GIOV

18:00 - 19:00

BODY TONIC

LUN e GIOV

19:00 - 20:00



MARCONI

VIA SEGA, 3

DA
GENNAIO
2026

**PILATES
TONIC**

MERC e VEN

19:00 - 20:00



ROMANINO

VIA CARDUCCI, 88

DA
GENNAIO
2026

METODO PILATES

MAR e VEN

18:00 - 19:00

METODO YOGA

MAR e VEN

19:00 - 20:00

