

LUGANO

06.09.2018 - 15:07 | LETTO 872

Tornano i corsi di Besso Pulita!

Ricco programma per tutti i gusti e tutte le età

[D.M.](#)

LUGANO - Con la ripresa delle scuole, anche Besso Pulita!, in collaborazione con l'Associazione non profit DMC STUDIO, ripropone un ricco programma adatto a tutti i gusti e tutte le età.

Sull'onda del successo registrato finora l'associazione, che opera da anni a favore del quartiere, ripropone tutta una serie di corsi che vanno dalla danza per i giovani e gli adolescenti (hip hop, afro urban, breaking, danza contemporanea e moderna), ai corsi per adulti (balli di coppia, Pilates, Qi gong, Zumba gold e fitness e Yoga).

Besso Pulita! che può contare sugli insegnanti altamente qualificati dell'Associazione DMC STUDIO (Danza, Musica & Creazione) di Lugano, intende promuovere, in particolare presso i più giovani, tre concetti fondamentali quali la "condivisione", lo "star bene assieme" e la nozione di "divertirsi" in un ambiente sano e sicuro, accompagnato da professionisti del settore.

Oltre all'ampliamento dei corsi offerti, nel nuovo programma spiccano, in particolare, le proposte di corsi di Qi gong per i più piccoli (dai 4 ai 10 anni), di corsi di Fitdankbaby (lezioni di ginnastica dolce per la mamma e il bambino riconosciuti anche dalle casse malati) e di Maternity Workout, un corso quest'ultimo pensato appositamente per le future neo mamme (pre/post parto).

Un'altra novità riguarda gli atelier ricreativi per i bambini dai 4 ai 10 anni che saranno riproposti una volta al mese a dipendenza delle iscrizioni.

Il programma dettagliato è disponibile su: www.dmcstudio.ch, dov'è possibile iscriversi online.

Besso Pulita! sta, infine, programmando anche dei corsi comportamentali per i ragazzi (come tenersi a tavola, come esprimersi correttamente con gli adulti, come salutare, ecc.), con insegnanti di alto livello ed esperienza. Questo corso prenderà il via in autunno.