

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
Cinema 16.00 - 18.00	Omero 18.00 - 19.15	Yoga 15.30 - 16.30	Ginnastica dolce 1 16.30 - 17.30	Ricamo 16.00 - 18.00	
Tedesco Principianti 17.00 - 18.00	Pittura 1 17.30 - 19.30	Storia dell'arte 17.00 - 18.00	Beni Culturali 17.00 - 18.00	Capolavori Lett. Italiana 17.30 - 18.30	
Tedesco Iniziati 18.00 - 19.00	Pittura 2 17.30 - 19.30	Filosofia 18.00 - 19.00	Scacchi 1 18.00 - 19.30		
Biologia 18.00 - 19.30	Botanica 18.00 - 19.00	Micologia 18.00 - 19.20	Scacchi 2 18.00 - 19.30	Francese principianti 17.30 - 18.30	
Disegno 1 18.00 - 19.30	Meteorologia 18.30 - 19.30	Musica Classica 17.00 - 18.30	Conoscere il Vino 18.30 - 19.30	Francese iniziati 18.30 - 19.30	
Disegno 2 18.00 - 19.30	Storia Moderna 18.30 - 19.30	Inglese avanz. 18.30 - 19.30	Spagnolo principianti 17.15 - 18.30	Acqua bene universale? 18.30 - 19.30	
Inglese principianti 18.30 - 19.30		Lett. Inglese 17.00 - 18.15	Spagnolo Iniziati 18.30 - 19.30		
		Psicologia 18.30 - 19.30	Fotografia 18.00 - 19.00	Inglese intermedio 18.30 - 19.30	
		Yoga Nidra 18.00 - 19.00		Difesa Personale 19.00 - 20.00	
		Ginnastica dolce 2 15.00 - 16.00			
		Il coraggio di scrivere 17.00 - 18.00			
		Attaccar bottone 17.30 - 19.00			

Non si terranno lezioni dal 21/12/2026 al 06/01/2027 (Festività Natalizie)
Dal 25/03/2027 al 30/03/2027 (Festività Pasquali)
Per l'attivazione e la prosecuzione dei corsi è richiesto un numero minimo di 7 iscritti e partecipanti.

L' Università di Istruzione Permanente di Recanati ringrazia per il loro contributo:



Corsi aperti a tutti senza limiti di età
Inizio lezioni 4 novembre 2026

eventi culturali
presentazione di libri
mostre
concerti
incontri con gli autori
viaggi culturali
concerti
eventi culturali
conferenze
riunioni conviviali
presentazione di libri
viaggi culturali
concerti

uniper

Iscrizioni presso la Segreteria dell'Università
a partire dalle ore 16,30 del 12 ottobre 2026
tel. 071 982080 - 327 6820687
e mail: venierunipe@tiscali.it - www.uniperecanati.org

Anno accademico 2026-2027

uniper

Università di Istruzione Permanente
Don Giovanni Simonetti Recanati

uniper

Il futuro del sapere è l'educazione permanente

Regione Marche - Comune di Recanati

uniper

Università di Istruzione Permanente
Don Giovanni Simonetti Recanati

uniper

L'Università di Istruzione Permanente "Don Giovanni Simonetti" di Recanati (UNIPER) è nata nel 1988 ad opera di alcuni cittadini che, avendo intuito l'importanza dell'apprendimento continuo in una società di crescente complessità, si diedero come scopo l'obiettivo di mettere gratuitamente a disposizione di tutti l'accesso a momenti di formazione e/o di aggiornamento per favorire la crescita personale e la realizzazione delle proprie aspirazioni. Anche nell'anno accademico 2025/2026 l'Università ha rafforzato i suoi rapporti con enti ed istituzioni del territorio; si segnalano in particolare:

1. Collaborazione con l' "Associazione Don Giovanni Simonetti Castelfidardo" per valorizzare la figura di uno dei nostri fondatori e la pratica della scrittura del sé (diari, autobiografie), così come delle biografie. Con queste finalità è stata sostenuta l'iniziativa dell'Istituto Scolastico Badaloni di Recanati in collaborazione con l'Istituto Storico di Macerata e l'ANMIG (Associazione nazionale mutilati e invalidi guerra), dal titolo "La guerra di Nello. L'infanzia e l'esperienza delle guerre" (23 ottobre 2025).
2. Presentazione del libro di Adrian N. Bravi "La nuotatrice notturna" (a cura di Giulia Corsalini, 15 novembre 2026)
3. Ciclo di incontri stagionali ("Fogli d'autunno", novembre 2025 - gennaio 2026) in collaborazione con i Cantieri Mobili di Storia e l'associazione "e quindi il monte. Rete solidale dalla costa per le montagne". L'iniziativa intende aprirsi a nuove esperienze culturali e territoriali per conoscere e valorizzare le aree interne ed appenniniche della nostra regione. Con quest'ottica è stata organizzata la visita guidata a San Severino Marche presso il MAREC (Museo dell'Arte Recuperata) e il convento dei Frati Cappuccini di Renacavata a Camerino; è stata inoltre sostenuta la rappresentazione teatrale "Viandanti d'Appennino. Narrazioni, musiche e canzoni tra montagna e mare".
4. Collaborazione con Pierluigi Feliciati e Alesio Ionna (Università degli Studi di Macerata) e Lidia Massari (Liceo Leopardi -Recanati) per il laboratorio di valorizzazione collaborativa sul web dei beni culturali recanatesi (Le comunità educanti al lavoro: la Chiesa di Chiarino su wikipedia) - gennaio/marzo 2026
5. Collaborazione con Sistema Museo e l'Associazione degli operatori turistici di Recanati (ciclo di visite guidate dal titolo "Recanati insolita) per la valorizzazione turistica dei corsi della nostra Università legati alla conoscenza del patrimonio storico-culturale della città.
6. Avvio di una collaborazione con il Centro Nazionale di Studi Leopardiani che ha patrocinato la presentazione del libro di Paolo Piacentini "Lettera di un camminatore eretico" (16 maggio 2026).
7. Collaborazione con Bocchi/Scarrocchia Compagnia Teatrale per il progetto "Tradizione Contemporanea. Nuovi linguaggi per narrare le tradizioni nella contemporaneità".
8. Pubblicazione della ricerca di Vincenzo Buontempo: "Mariano Luigi Patrizi. Un genio dimenticato" (19/11/2025).
9. Prosecuzione del progetto operativo di inserimento sociale "Sollievo" (TIS: Tirocinio di inclusione sociale) per la stessa persona presa in carico nel precedente anno accademico in collaborazione con i servizi sociali e sanitari del territorio. Periodo di svolgimento da ottobre 2025 ad aprile 2026 per quattro giorni settimanali.

Nell'anno accademico 2026/27 l'Università intende:

- Confermare e consolidare la sua programmazione formativa.
- Rafforzare i rapporti e le sinergie con enti ed istituzioni del territorio per ampliare l'offerta culturale e la sua presenza nel tessuto socioculturale della città: Comune di Recanati, Associazione Don Giovanni Simonetti, Istituto Storico di Macerata, Cantieri Mobili di Storia, associazione "e quindi il monte. Rete solidale dalla costa per la montagna"; Sistema Museo e Associazione degli operatori turistici di Recanati, Compagnia Teatrale Bocchi Scarrocchia, Università di Macerata, Centro Nazionale di Studi Leopardiani
- Rinnovare i rapporti con gli istituti scolastici di Recanati per la presentazione di libri e l'organizzazione di giornate di studi, come quella di venerdì 6 novembre presso il Liceo Leopardi di Recanati, alla presenza del filologo leopardista e scrittore Carlo Vecce (Università Degli Studi di Napoli "L'Orientale").
- Dare continuità al progetto operativo di inserimento sociale "Sollievo" (TIS:Tirocinio di inclusione sociale) in collaborazione con i servizi sociali e sanitari del territorio.
- L'inaugurazione dell'Anno Accademico 2026/2027 che si svolgerà il 31 ottobre p.v. presso l'Aula Magna del Comune di Recanati, è dedicata alla figura della professoressa Paola Magnarelli.

Storica di grande rigore scientifico, ha legato per oltre trenta anni il suo percorso accademico all'Ateneo Maceratese , svolgendo molti ruoli di responsabilità, nella didattica e nella ricerca, sempre sensibile verso i suoi studenti, credendo fortemente alla diffusione dell'istruzione per tutti. Ha collaborato con UNIPER per molti anni ad arricchire gli studi storici del nostro corso "I Beni Culturali del territorio", ha anche curato la densa ed ampia introduzione storica del volume Palazzo Antici Mattei di Recanati , accanto a Carla Moretti e ai nostri docenti.

Sono state molte le occasioni alle quali la professoressa Paola è stata invitata da UNIPER a presentare i propri studi, noi coglievamo la passione che l'animava durante la spiegazione, sentendoci vicini a lei, con affetto e gratitudine.

Non la dimenticheremo mai.

Interverranno a ricordarla i professori Maria Ciotti (UniMC), Donatella Fioretti (UniMC), Riccardo Piccioni (UniMC), Marco Moroni (UNIPVM).

Il Consiglio Direttivo ringrazia per il loro impegno i docenti, il personale di Segreteria, il Comitato Scientifico, in particolar modo gli iscritti per i loro contributi volontari, il Comune di Recanati, l'Algam Eko s.r.l. la BCC di Recanati e Colmurano, la RE.ASS. s.r.l. Tarducci Ag. di Recanati via Aldo Moro, la DIGITech, Giorgio Guardabassi Presidente del Circolo Ricreativo B. Gigli di Castelnuovo, Nicoletta Tubaldi per le sale di Yoga e Ginnastica dolce.

Il Rettore Prof.ssa Aurora Mogetta
Il Prorettore Prof. Paolo Coppari

Sezione A: Cultura generale

Omero fuori programma. “La presunta”ira di Achille e altre storie.
Lettura da Omero attraverso passi e personaggi spesso dimenticati, scrutandone distanze, persistenze nell’immaginario contemporaneo. Un Omero letto da vicino, ma fuori programma.
Martedì 10 novembre 2026 ore 18,00 – 19,15 – aula T – Docente: Lidia Massari.

Capolavori della letteratura italiana. Il Teatro.
Attraverso l’analisi delle opere più significative si ricostruirà l’evoluzione del teatro in Italia dal Medioevo al Novecento, ma soprattutto si cercherà di rispondere alla domanda: “Quale relazione esiste tra letteratura e teatro?”
Venerdì 13 novembre 2026 ore 17,30 – 18,30 – aula T – Docente: Simonetta Boriani.

Le pagine più belle della letteratura inglese, dal Medioevo al Rinascimento.
Periodo anglosassone “Beowulf”; Medioevo, G. Chaucer e I racconti di Canterbury”; Rinascimento, C. Marlowe, “Doctor Faustus”; W. Shakespeare, sonetto XVIII; Hamlet; Macbeth; J. Donne, “Sonetti sacri X e XIV.”
Mercoledì 4 novembre 2026 ore 17,00 – 18,15 – aula E – Docente: Eusebia Palombarini.

Leopardi Filosofo? Sulle tracce del pensiero e della poetica di G. Leopardi.
Si cercherà con i partecipanti di ricostruire i vari aspetti del pensiero leopardiano nelle pieghe del suo sviluppo: i miti antichi, l’immaginazione, le illusioni, il piacere e la gloria; la poesia e la sua funzione; la Natura e la Ragione; la noia, la sofferenza e il nulla; l’esistenza umana, la potenza della Natura e il dolore; la ragione ed il vero; la politica e la solidarietà umana. Si cercherà di evitare le distorsioni, le strumentalizzazioni e gli stravolgimenti che pure ci sono stati nel corso degli anni. Si sottolineeranno i tanti aspetti di grande attualità nel pensiero di Giacomo Leopardi.
Mercoledì, 11 novembre 2026 ore 18,00 – 19,00 – aula B – Docente: Giuseppe Farina

I Beni Culturali del Territorio. Una cattedrale fra terra e cielo: la seconda tappa del viaggio storico-artistico alla scoperta del Duomo di San Flaviano
La seconda tappa del viaggio storico-artistico alla scoperta del Duomo di San Flaviano.
Il corso, oltre a interessanti approfondimenti relativi al periodo della Controriforma e al rinnovamento barocco in architettura e nel campo musicale , allargherà lo sguardo sul borgo che ruotava attorno alla Cattedrale: dalla storia della famiglia Colloredo Mels alla vita di quartiere, con una preziosa galleria di foto tra Otto e Novecento. Coordinamento lezioni: Marco Campagnoli, Antonella Chiusaroli, Paolo Coppari.
Coordinamento uscite: Antonella Maggini.
Giovedì 4 febbraio 2027 ore 17,00 – 18,00 – sala conferenze Mediateca Comunale - Docenti: Matteo Bonvecchi, Roberto Buschi, Marco Campagnoli, Antonella Chiusaroli, Paola Ciarlantini, Fabio Furiasse, Antonella Maggini, Marco Moroni, Denise Tanoni.

Storia moderna. Francesco Sforza.
Francesco Sforza nelle Marche e a Recanati. Storia di una egemonia ancora con molti risvolti da svelare.
Martedì 10 novembre 2026 ore 18,30 – 19,30 – aula B – Docente: Andrea Marinelli.

Il coraggio di scrivere: Scrittrici contro il fascismo.
Il corso propone un viaggio storico e letterario attraverso le biografie e le opere di alcune scrittrici (tra cui Ada Gobetti, Elsa Morante, Alba de Céspedes, Dolores Prato, Natalia Ginzburg, Joyce Lussu) che hanno sfidato la dittatura e la guerra per difendere la propria libertà intellettuale ed esistenziale e per promuovere l’emancipazione femminile. Docenti e studiosi/e racconteranno il modo in cui il vissuto personale di questi donne - segnato da persecuzioni razziali, bombardamenti, fame, clandestinità, impegno politico e lotta partigiana- si è intrecciato indissolubilmente con la grande storia del Novecento e ha rappresentato materia viva per testimonianze letterarie di grande valore.
Mercoledì 3 febbraio 2027 ore 17,00 – 18,30 – Mediateca Comunale – Coordinamento a cura di Gabriele Cingolani e Paolo Coppari.

Storia dell’arte. Biagio Biagetti. L’immagine, il culto, la forma.
Nel panorama neogotico centroitaliano e marchigiano, rapporti ed evoluzione nei confronti del Liberty.
Mercoledì 10 febbraio 2027 ore 17,00 – 18,00 – aula C – Docente:Leonardo Emiliani.

Cinema. Federico Fellini – Onirico, visionario e bugiardo.
Infanzia e giovinezza – Gli esordi: il giovane Fellini – La radio: l’incontro con Giulietta Masina – Prime esperienze di sceneggiatore: Roma città aperta. Paisà – Prime esperienze di regia: Luci del varietà – L’esordio assoluto come regista: Lo sceicco bianco e la collaborazione con Nino Rota – Cara Rimini: I vitelloni – Il grande successo: La strada, Il bidone, Le notti di Cabiria – Con Angelo Rizzoli: Gli anni de La Dolce Vita – La consacrazione: Otto ½ – Il passaggio definitivo al colore: Amarcord e altri successi – Gli ultimi lavori – L’ultimo anno: il 1993 – Film non realizzati – Fellini e il fumetto – Fellini e la politica – Fellini e l’esoterismo.
Lunedì 11 gennaio 2027 ore 16,00 – 18,00 – Mediateca Comunale – Docente: Beniamino Gigli.

Psicologia. La mente umana vista da vicino. Viaggio nella psicologia della vita quotidiana.
La psicologia degli esseri umani: un arcipelago complesso - Come percepiamo il mondo: tra conoscenza e illusioni - Ricordare e dimenticare: il lavoro della memoria - L'alfabeto delle emozioni: orientarsi nella mappa dell'affettività - Capirsi e farsi capire: gli errori di comunicazione e la comunicazione efficace - Benessere e salute: ascoltare e comprendere i segnali del nostro corpo - Adattarsi e ripartire: le diverse età della vita - Le trappole della mente: tra stereotipi e pregiudizi - La forza del gruppo: cooperare e configgere - La psicologia positiva: le umane virtù.
Mercoledì 4novembre 2026 18,30 – 19,30 – aula C – Docente: Paola Nicolini

Introduzione all’ascolto della musica classica.
Il periodo del classicismo nella musica classica: Haydn, Mozart, gli italiani.
Mercoledì 4 novembre 2026 ore 17,00 – 18,30 – Mediateca Comunale – Docente: Alessandro Bommarito.

Biologia - Eugenetica: migliorare la specie umana?
L'uomo seleziona piante e animali da millenni, riuscendo a migliorare certe caratteristiche e a eliminarne altre indesiderate. E' auspicabile che ciò avvenga anche nella nostra specie? Oggi, grazie a tecniche di manipolazione genetica potentissime, il sogno dei primi eugenisti appare prossimo a realizzarsi. Ma a che prezzo? Ne discuteremo cercando di capire cos'è l'eugenetica, quali distorsioni ideologiche ne hanno decretato il declino nel secondo Novecento, e se i suoi principi siano ancora eticamente condivisibili, aldilà delle possibilità offerte dalle moderne applicazioni biotecnologiche.
Lunedì 16 novembre 2026 ore 18,00 – 19,00 aula B – Coordinatore: Mauro Marconi

Il meraviglioso mondo dei funghi.
Introduzione al mondo dei funghi, nozioni di ecologia. Determinazione dei funghi, morfologia parte 1^ e 2^.. Funghi velenosi e tossici - schede. Funghi commestibili - schede. Funghi a confronto. Ambienti di crescita. Tossicologia, sindromi. Ispettorato micologico, leggi regionali, norme di comportamento. Utilizzo dei funghi nell'alimentazione, modalità di conservazione. Micoterapia (l'uso dei funghi medicinali). Chi vuole può affrontare il colloquio abilitativo per la raccolta funghi, disposto dalla Legge Regionale L.R. n.18/2022
Mercoledì 13 gennaio 2027 ore 18,00 – 19,20 – aula D – Docente Romano Montanari.

Meteorologia, fenomeni atmosferici e clima.
Cosa è l’atmosfera e la sua evoluzione. 2. Temperatura e strati dell’atmosfera. 3. La circolazione prevalente dell’atmosfera. 4. Il vapore acqueo. 5. Fenomeni ciclici e fenomeni estremi della bassa atmosfera. 6. L’uomo e il clima. 7. I gas serra. 8. Fenomeni dell’alta atmosfera, Sar e aurore boreali. 9. Strumenti e prodotti delle previsioni meteorologiche. 10. “Un recanatese in Antartide”, presentazione a cura del prof. Giuseppe Scarponi.
Martedì 10 novembre 2026 ore 18,30 – 19,30 – aula D – Docente: Marco Atzeni.

Famiglie botaniche stupefacenti: scorribande fra storie di piante e storie di umani
Le storie delle piante sono strettamente intrecciate con le storie degli umani. Fondamentali per la nostra vita, le piante interagiscono anche con i nostri aspetti più profondi e nascosti e possono stupirci in molti modi e non solo per la loro straordinaria bellezza e per le loro meravigliose caratteristiche. A partire dalle regole di Linneo e dalle origini dei complicati nomi scientifici,scopriamo intrecci tra persone e botanica e incontriamo piante magiche e misteriose,alcune delle quali ci sono più vicine di quanto possiamo supporre.
Martedì 10 novembre 2026 ore 18,00 – 19,00 – aula E – Docente: Mariarosca Castelletti.

“Il mondo fa acqua da tutte le parti” Le domande sulle quali spesso ci si affoga
L’acqua è un bene universale? E se anche lo fosse, ciò equivale a dire che è illimitato? Ma se è universale, perché i cittadini pagano l’acqua? Cosa si intende per servizio idrico integrato? Chi fissa le tariffe? Come vengono finanziate le opere per la realizzazione degli acquedotti o degli impianti di depurazione? Che ruolo hanno i Comuni? La gestione del servizio non dovrebbe essere pubblica dato che si tratta di un bene pubblico? L’ACQUA è ancora un bene universale o è ormai una merce di scambio economica? Seguiranno alla fine del corso due lezioni di Marina Filipponi che presenterà il seguente argomento relativo all’acqua: “L’acqua in alcuni testi letterari del Trecento e nella simbologia sociale e psicologica attuale”.
Venerdì 15 gennaio 2027 ore 18,30 – 19,30 aula C – Docente Massimilano Grufi

Sezione B. Lingue Straniere
Inglese principianti.
Lunedì 9 novembre 2026 ore 18,30 – 19,30 aula E – Docente: Rita Di Piero
Inglese lower intermediate.
Venerdì 6 novembre 2026 ore 18,30 – 19,30 aula B – Docente: Rita Di Piero
Inglese avanzato.
Mercoledì 4 novembre 2026 ore 18,30 – 19,30 aula E – Docente: Eusebia Palombarini
Tedesco principianti.
Lunedì 9 novembre 2026 ore 17,00 – 18,00 aula D – Docente: Patrizia Gasparroni.
Tedesco iniziati.
Lunedì 9 novembre 2026 ore 18,00 – 19,00 aula D – Docente: Patrizia

Sezione C. Laboratori

Pittura 1.
I fondamenti del colore.
Martedì 10 novembre 2026 ore 17,30 – 19,30 a
ula Sala del Mutilato – Docente: Silvia Gatti.

Pittura 2.
Tecniche pittoriche.
Martedì 16 febbraio 2027 ore 17,30 – 19,30
aula Sala del Mutilato – Docente: Silvia Gatti.

Ricamo, uncinetto, maglia.
Il ricamo, l’uncinetto ed il lavoro a maglia sono attività artigianali praticate fin dai tempi antichi e sono hobby tuttora diffusi in tutto il mondo. La distinzione tra “arte” e “hobby” sta nell’accuratezza dell’esecuzione. Una particolare attenzione sarà prestata alle principianti.
Venerdì 13 Novembre 2026 ore 16,00 – 18,00 – aula D – Docente: Elisabetta Squadroni.

Attaccar bottone. Corso pratico di cucito per adulti e di educazione al riuso.
Mercoledì 4 novembre ore 17,30 – 19,00 - Sala UNIPER – Docente: Veronica Giovagnoli e Gemma Onofri.

Conoscere il vino.
1) Presentazione e introduzione alla degustazione di un vino. 2) Le competenze del Sommelier. Tecniche di servizio. 3) La vendemmia: vinificazione in bianco. 4) La vinificazione in rosato e in rosso. 5) La maturazione in botte. 6) Visita in cantina. La spumantizzazione. Esame visivo del vino. 7) Esame olfattivo del vino. 8) Esame gustativo del vino. 9) Come abbinare un vino ad un cibo. 10) Abbinamento cibo-vino: prova pratica.
Giovedì 28 Gennaio 2027 ore 18,30 - 19,30 – Circolo ricreativo culturale “B. Gigli” Castelnuovo – Docenti: Roberta Smorlesi e Lorenzo Gigli (almeno 25 iscritti)

Fotografia. “Foto-in-Quadro”
Conoscenza del corpo macchina (reflex o mirrorless); i parametri di progetto della fotografia (diaframma,otturatore, ISO) e i loro effetti; l’obiettivo/zoom. I segreti principali per una buona inquadratura anche attraverso l’occhio dei grandi fotografi (piani multipli, effetto cornice, effetto bokeh, il bianco e nero, effetto velocità, inquadratura 1/3, luce laterale …). Laboratorio ed esposizione delle opere dei partecipanti.
Giovedì 5 novembre 2026 ore 18,00 – 19,00 - aula E – Docente: Rodolfo Mogetta.

Scacchi: Il tuo primo scacco matto (Corso Base)
Pronto a muovere i primi passi in un mondo di logica, memoria e creatività? Gli scacchi sono la perfetta “palestra per la mente”, un gioco appassionante per allenare concentrazione e intuito. In 10 ore imparerai le regole, il movimento dei pezzi e i principi fondamentali. Non serve alcuna esperienza: è una disciplina per tutti. Concluderemo con un mini-torneo finale per divertirci e festeggiare insieme i tuoi progressi!
Giovedì 5 novembre 2026 ore 18,00 – 19,30 aula B – Docente: Vincenzo Bondanesi “Circolo Scacchi Recanati”.

Scacchi: Dalla mossa alla strategia (Corso Intermedio)
Conosci già le regole ma vuoi fare il salto di qualità? In questo percorso di 10 ore passerai dalla semplice mossa alla vera strategia di gioco. Scoprirai i segreti delle aperture, imparerai a pianificare attacco e difesa e ad anticipare le mosse dell’avversario. Il corso ideale per affinare la tua tattica, superare i tuoi limiti e prepararti a vincere nuove sfide!
Giovedì 28 gennaio 2027 ore 18,00 – 19,30 aula B – Docente: Vincenzo Bondanesi “Circolo Scacchi Recanati”.

Sezione D. Benessere Psicofisico.

Yoga. (Corso a numero chiuso – 30 iscritti)
Insegna a mantenere le corrette posture corporee, ma anche ad esplorare il proprio animo. Più che una ginnastica o una filosofia, è un modo di vivere.
Mercoledì 4 Novembre 2026 ore 15,30 – 16,30 – presso Conero Studio Danze, Via Ceccaroni 1 (Zona ex EK0) – Docente: Antonella Luminati.

Difesa Personale. (Corso a numero chiuso – 30 iscritti)
Un percorso pratico tenuto da un Maestro di Kung Fu riconosciuto dal CONI per apprendere le basi della sicurezza e della gestione del rischio. Il corso unisce lo studio di tecniche di reazione efficaci allo sviluppo della prontezza mentale e della fiducia in se stessi. I partecipanti sono di qualsiasi età e livello fisico.
Venerdì 6 novembre 2026 ore 19,00 – 20,00 presso Palestra della Scuola Primaria “L. Lotto” – Docente: Francesco Marinelli.

Ginnastica dolce. (Corso a numero chiuso – 30 iscritti) Corso 1
La ginnastica dolce è caratterizzata da movimenti lenti, graduali, a basso impatto per muscoli e articolazioni. Ha come scopo il riequilibrio muscolare e il benessere psico-corporeo.
Giovedì 5 Novembre 2026 ore 16,30 - 17,30 – Palestra scuola San Vito - Docente:Emma Smorlesi.

Ginnastica dolce. (Corso a numero chiuso – 30 iscritti) Corso 2
La ginnastica dolce è caratterizzata da movimenti lenti, graduali, a basso impatto per muscoli e articolazioni. Ha come scopo il riequilibrio muscolare e il benessere psico-corporeo.
Mecoledi 10 febbraio 2027 ore 15,00 – 16,00 – presso Conero Studio Danze, Via Ceccaroni 1 (Zona ex EK0) – Docente: Nicola Gazzani.

Yoga Nidra.
È un’ antica disciplina indiana, precorritrice del training autogeno e sviluppata da Swami Satyananda Saraswati. Oltre a rilassare a livello psico-fisico sviluppa le capacità dormienti della Persona che si trova in uno stato passivo dove l’unico senso che rimane all’ erta è l’ udito. Una mezz’ora di questa pratica equivale a quattro ore di sonno profondo. La persona si sente totalmente rigenerata.
Mercoledì 16 gennaio 2027 ore 18,00 – 19,00 Palestra San Vito – Docente: Francesca Morena.

Consiglio Direttivo			Segreteria	Comitato Scientifico
Mogetta Aurora	Rettore		Agostini Stefania	Mogetta Aurora
Coppari Paolo	Pro Rettore		Bacci Catia	Coppari Paolo
Frapiccini Franco	Dir. Amm.		Baldantoni M. Luisa	Campagnoli Marco
Piangerelli Rita	Segretaria		Bianchi Patrizia	Carini Gabriela
Giuliodori Giacomina	Segretaria		Gatti Silvia	Chiusaroli Antonella
Bravi Adrian	Membro		Maccarone Marisa	Corsalini Giulia
Buontempo Vincenzo	“		Panzini Paola	Maggini Antonella
Ciarlantini Paola	“		Renzi Angela Maria	Marconi Mauro
Cingolani Gabriele	“		Rita Isabella	Massari Lidia
Luppino Giuseppe	“		Romoli Maria	Nicolini Paola
Marinelli Andrea	“		Rossi Ivana	Stramucci Norma
Moroni Marco	“		Senesi Maria	Taurino Emma