



# UTEstate 2025/26



aggiornato al 18 maggio 2026

## ATTIVITÀ MOTORIA:

### A CURA DI LUCIA CARRARA:

- ES001) PILATES MATWORK BASE

lunedì e mercoledì ore 17:00 – 18:00 dal 18/05 al 29/06

- ES002) PILATES MATWORK INTERMEDIO

lunedì e mercoledì ore 18:00 – 19:00 dal 18/05 al 29/06

### A CURA DI CORINA MARULEA:

- ES003) GINNASTICA DOLCE

lunedì ore 10:00 – 11:00 dal 8/06 al 27/07

- ES004) PILATES POSTURALE 1

lunedì ore 11:00 – 12:00 dal 8/06 al 27/07

- ES005) PILATES POSTURALE 2

mercoledì ore 10:00 – 11:00 dal 10/06 al 29/07

- ES006) GINNASTICA DOLCE PELVICA

mercoledì ore 09:00 – 10:00 dal 10/06 al 29/07

- ES007) AEROBICA BASE

mercoledì ore 11:00 – 12:00 dal 10/06 al 29/07

- ES008) HATHA YOGA RESPIRO

venerdì ore 11:00 – 12:00 dal 12/06 al 31/07

### A CURA DI CSILLA ELEKTRA HORVATH:

- ES009) YOGA TRADIZIONALE

martedì ore 10:00 - 11:00 dal 09/06 al 28/07

- ES010) YOGA IN MOVIMENTO

giovedì ore 10:00 - 11:00 dal 04/06 al 30/07

- ES011) GINNASTICA DOLCE 1

martedì ore 09:00-10:00 dal 9/06 al 28/07

- ES012) GINNASTICA DOLCE 2

giovedì ore 09:00-10:00 dal 04/06 al 30/07

### A CURA DI ALICE BUGATTO:

- ES013) POSTURAL GYM 1

lunedì ore 08:30 - 09:30 dal 8/06 al 27/07

- ES014) POSTURAL GYM 2

venerdì ore 08:30 - 09:30 dal 12/06 al 31/07

## SEDE DI UDINE



### SUPPLEMENTI

per i corsi di attività motorie  
e ceramica

€ 25,00

**I corsi saranno attivati con un  
minimo di n. 12 iscritti**



**ES018) GINNASTICA CON METODO PILATES** a cura di **Stefania Della Bianca**

martedì e venerdì ore 19:00 - 20:00 dal 19/05 al 26/06

**ES810) CAMMINIAMO PER CONOSCERE: corso estivo** a cura di **Romano Paludgnach**

giovedì ore 8:30 – 15:30 dal 04/06 al 30/07

### **LEZIONI FRONTALI E LABORATORI:**

**ES015) TURISMO CULTURALE E RESPONSABILE** a cura di Maddalena Di Girolamo

lunedì ore 16:00 - 17:00 dal 8/06 al 29/06

**ES016) STORIA DELLA CREATIVITÀ ARTISTICA E DEI SUOI PROTAGONISTI** a cura di Enzo Santese

giovedì ore 16:00 - 17:00 dal 11/06 al 30/07

**ES017) RICAMO** a cura di Maria Luisa Bassi

martedì ore 9:00 – 12:00 dal 9/06 al 30/06

**ES019) ACQUERELLO** a cura di Andrea Autero

venerdì ore 9:00 – 12:00 dal 5/06 al 17/07

## **SEDE DI POVOLETTO**

**al Parco di Marsure di Sotto** A CURA DI VANESSA CAINERO E EVA TOMAT:

**ESPO1) GINNASTICA DOLCE**

martedì ore 09:00 - 10:00 dal 09/06 al 30/06

venerdì ore 09:30 - 10:30 dal 29/05 al 03/07

## **SEDE DI TAVAGNACCO**

**Scuola Media di Feletto Umberto**

**ESTA1) ACQUERELLO E TECNICHE MISTE** a cura di Patrizia Ruggeri

mercoledì ore 15:00 - 19:00 dal 20/05 al 29/07

**ESTA2) IL FUOCO INCONTRA L'ARTE: costruzione di oggetti finalizzati alla cottura raku**

a cura di Luciano Beltramini

lunedì ore 15:00 - 18:00 dal 15/06 al 20/07

**ESTA3) CERAMICA E RAKU** a cura di Marialisa Povegliano

martedì ore 15:00 - 18:00 dal 19/05 al 30/06

**ESTA4) CERAMICA SU MISURA** a cura di Armida Bigaran

mercoledì ore 09:00 - 12:00 dal 20/05 al 24/06

**ESTA5) PASSIONE CERAMICA** a cura di Daniela Mattiuzzo

mercoledì ore 15:00 - 18:00 dal 20/05 al 24/06

**ESTA6) CERAMICA: RICERCHE, CONTAMINAZIONI E RAKU** a cura di Elisabetta Fontanini

giovedì ore 15:00 - 18:00 dal 21/05 al 25/06