



A.M.I.S.

Alleanza Milanese Immigrati Sardi
CIRCOLO CULTURALE SARDO
"Emilio Lussu"

Cinisello Balsamo, 10 gennaio 2026

Amigus carus e socius, custas funt is initziativas de cultura e de spàssiu chi eus postu in programma po su tempus benienti.

Cari Soci ed amici, vi proponiamo le iniziative culturali e ricreative che il Direttivo ha programmato per il prossimo periodo.

*In caso di imprevisti indipendenti dalla nostra volontà gli eventi sotto elencati potrebbero subire variazioni di data o di orario. Per gli aggiornamenti vogliate consultare il sito del Circolo (www.circoloamis.it).
Per informazioni telefonare al n. 0266048257 o scrivere a cultura@circoloamis.it*

Gennaio 2026

Yoga e Pilates

Martedì 13 Gennaio

presso la sede del Circolo, Via Cornaggia, 37 – Cinisello Balsamo

Riprendono le lezioni settimanali di Yoga e di Pilates tenute dall'insegnate diplomata Isabelle Sastre.

Pilates alle ore 16 e alle ore 19. Yoga alle ore 17.30.

Per informazioni ed iscrizioni: Isabelle Sastre cell. 3886330923

Gruppo di lettura – FuoriPertini Cornaggia

Martedì 20 Gennaio

presso la sede del Circolo, Via Cornaggia, 37 – Cinisello Balsamo

Incontro del Gruppo di lettura – FuoriPertini Cornaggia alle ore 18:00

Laboratorio di canto tradizionale sardo *Condotta da pino Martini Obinu*

Domenica 25 Gennaio

presso la sede del Circolo, Via Cornaggia, 37 – Cinisello Balsamo

Dalle 15:00 alle 18:00

Per partecipare non è necessario avere una formazione musicale né conoscere perfettamente la lingua sarda. Il laboratorio ha carattere didattico e divulgativo. In questo appuntamento verranno appresi un *cantigo gioioso* (lairellellara) e un canto di impegno sociale (Nanneddu meu). E' richiesta la prenotazione chiamando il n. 02 6604 8257.

Le danze tradizionali di Lula

Sabato 31 Gennaio ore 14:30

presso la sede del Circolo, Via Cornaggia, 37 – Cinisello Balsamo

Ore 14:30: *stage* sulle danze tradizionali di Lula con i musicisti e ballerini Valentina Chirra e Francesco Demontis. Coordinatrice Ines Sau.

Ore 20:00: cena sarda su prenotazione

Ore 21:30: festa a ballo

Si richiede la prenotazione al n. 02 6604 8257

Febbraio 2026

“Olisi badai su ballu tundu ?”

Vuoi ballare il ballo tondo ?

Lunedì 2 Febbraio ore 21:30

presso la sede del Circolo, Via Cornaggia, 37 – Cinisello Balsamo

Riprende il corso di danze tradizionali sarde tenuto da Ines Sau, ora alla sedicesima edizione. Il corso prevede otto incontri, il lunedì sera dalle 21.30 alle 23. Per informazioni e iscrizioni: Ines Sau, cell. 3347636562

Marzo 2026

A si biri cun saludi

IL DIRETTIVO