



Tel. 0776 742357
PONTECORVO



presentano

GIU' LE MANI II EDIZIONE

CORSO DI DIFESA PERSONALE GRATUITO PER LE DONNE



Il corso, che vuole far sviluppare una vera mentalità difensiva, può essere affrontato da tutti, senza difficoltà, indipendentemente dall'età, dalla struttura e preparazione fisica.

Il corso è a numero chiuso (max 20 persone) per poter offrire a ciascuno la massima attenzione degli Istruttori, ed è strutturato in 4 sessioni di apprendimento teorico-pratiche. In 4 giornate verranno perciò affrontati tutti gli aspetti della difesa personale, dalle dinamiche psicologico-comportamentali ai risvolti legali, dalla corretta difesa verbale all'utilizzo di armi improprie nella vita quotidiana.

SABATO 6-13-20-27 APRILE 2013 ore 15.00-17.00

c/o CENTRO "MOVIMENTO E SALUTE C.K.S." Via S. Tommaso d'Aquino, Pontecorvo (FR)

Per Noi Donne - Insieme contro la violenza

per le iscrizioni chiamare il numero

393.17.66.831

entro il 6 aprile 2013

(Partecipazione limitata alle prime 20 adesioni)

Istruttore **Dr. Giuseppe Caramadre**

Dottore in Scienze Motorie e Sportive

Specialista in Scienze e Tecniche delle Attività

Motorie Preventive e Adattative

Posturologo - Chinesiologo.

Maestro 5 DAN FIJKAM - Responsabile

Provinciale FIJKAM.

Insegnante di Kick Boxing e Difesa personale.