



Dalle ore 18.00 alle 20.00
AUSER Sesto F.no, Via P.Pasolini 105

I Parte Formazione Teorica

28 Feb A nave rotta ogni vento è contrario
Come funziona (davvero) la legittima difesa

7 Mar Un nemico è troppo, e cento amici non bastano
Truccologia e precauzioni per far diventare la prevenzione
una abitudine strategica

II Parte Pratica

Incontri
In palestra per apprendere le tecniche essenziali

14 - 21 - 28 Mar
4 - 11 Apr

Per informazioni chiama o mandare
un messaggio whatsapp o telegram a
327 4668342



Un progetto di



“MORSO DI PECORA NON PASSA MAI LA PELLE” (antico detto Toscano)

Ciclo di incontri e di pratiche per imparare
a difendersi dai violenti...in modo corretto



IMPORTANTE

PER ASSISTERE ALLA II PARTE
È NECESSARIO:

Aver frequentato tutti e due gli incontri
della I parte

Maggiore età

PER PARTECIPARE ALLA PARTE
PRATICA CON IL MAESTRO
SERCHI OCCORRE ANCHE:

Avere consegnato copia del certificato
medico per attività non agonistiche o
analogo certificato

Aver corrisposto il contributo di 15,00 €
per l'assicurazione

indossare abbigliamento comodo
da palestra e scarpe da ginnastica



SE-TO BENE
SALUTE SICUREZZA E SOCIALITÀ

RELATORI
Avv. Marco Bini
Maestro Riccardo Serchi
Dr. Luca Gorrone

