ASD IDRAGHI

www.idraghi.it

Sicurezza al Femminile

Approccio alla difesa personale

21 / 28 settembre 2019 _ 14.30 - 16.30

corso gratuito aperto a tutte le donne dai 16 anni in su

Contenuti del corso:

Esercizi base e tecniche veloci e strategiche per evitare una possibile aggressione e colluttazione.

in colaborazione con Telefono Rosa - Piacenza

Sede svolgimento:
Presso la palestra CIK della Veggioletta in strada Gragnana n. 9

corsi.idraghi@gmail.com +39 328.6148432 - Stefano / +39 333.6415369 - Giorgia