

Club Primo Raggio organizza :

DOMENICA 27 MARZO
GIORNATA GRATUITA
DI DIFESA PERSONALE

INTERAMENTE DEDICATA ALLE DONNE
(DAI 15 AI 50 ANNI)

Il campo della difesa personale femminile va affrontato in maniera molto delicata perchè va a toccare aspetti psicologici profondi. L'allenamento e l'assimilazione di **tecniche di difesa semplici ed efficaci**, vanno affiancate da basi teoriche ben studiate che insegnino anche una serie di **comportamenti adatti** da tenere nelle situazioni peggiori.

Presso la palestra scuola elementare
di S.AGATA SUL SANTERNO(RA)
Via IV novembre

Mattino dalle 10:00 alle 12:00

pausa

Pomeriggio dalle 14:00 alle 16:00

Info : Fabrizio 3488120084
Paolo 3485612237

