



L'amministrazione comunale di
Santa Giustina in Colle (PD),
in collaborazione con
l'Associazione "Team KARATE Fratte",
organizza



CORSO DI **DIFESA** **PERSONALE**

DESTINATARI:

chiunque,
a partire dai 14 anni,
con particolare
attenzione verso le
DONNE

INSEGNANTE TECNICO:

Sig. Nioli Stefano, insegnante
qualificato e abilitato
all'insegnamento della difesa
personale (ASI)

Costo complessivo:

15€

(quota per 8 lezioni
da un'ora ciascuna)

ISCRIZIONI: presso la
Biblioteca:

Tel. **049 9304440**
biblioteca@comunesgcolle.pd.it

- ✓ **Essere consapevoli delle proprie capacità in condizioni di pericolo**
- ✓ **Gestire le emozioni**
- ✓ **Tecniche per affrontare fisicamente e psicologicamente un'aggressione**

Il corso si svolgerà a partire da

Martedì 14 Ottobre 2014
ore 20.30

presso

ex scuola materna
di Fratte -
S. Giustina in Colle