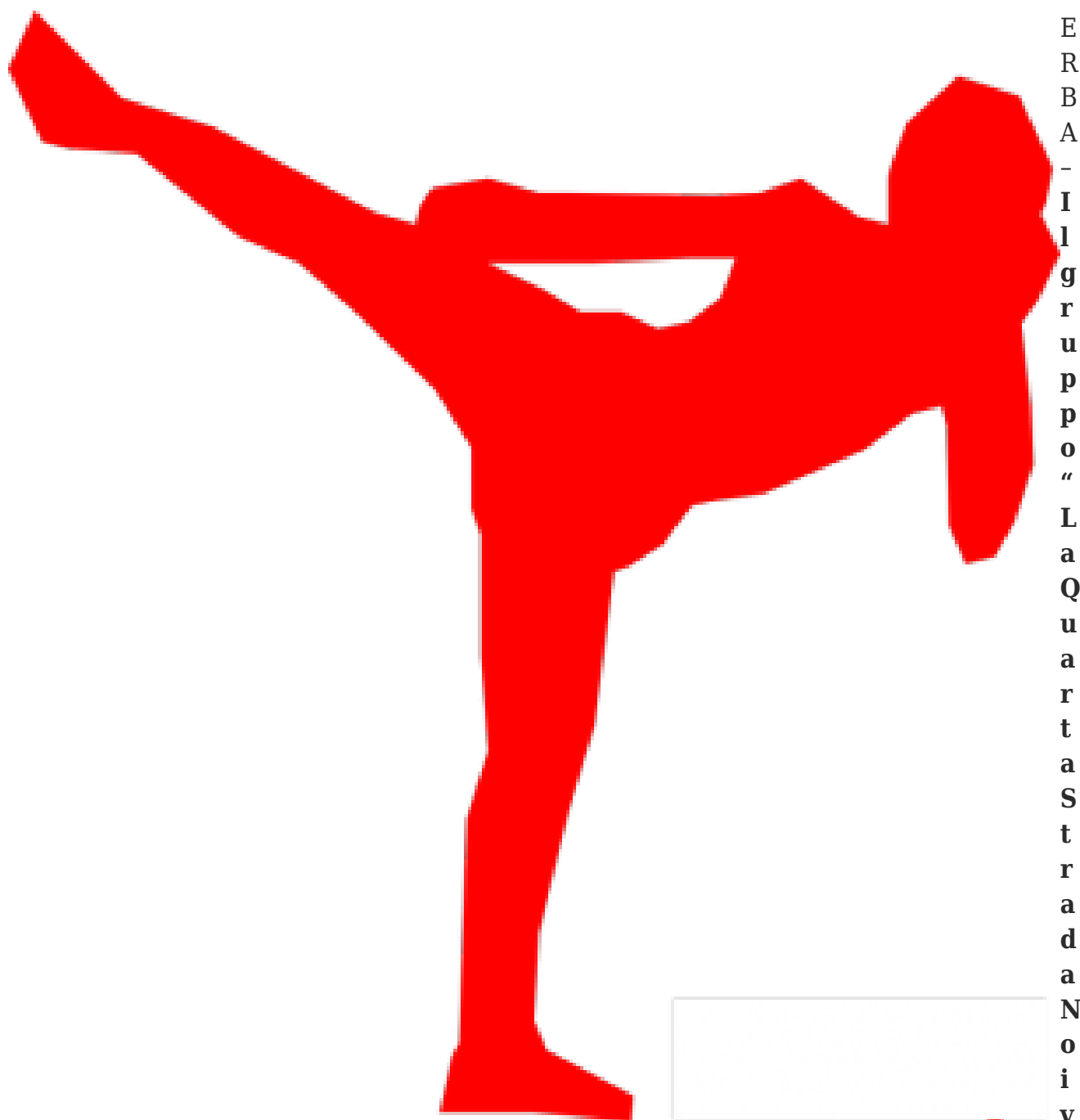




oiloro" in collaborazione con il Master Teacher Paolo Chiavenna organizza un corso di difesa personale. Le lezioni si terranno da marzo a maggio tutti i giovedì dalle 19 alle 20 presso la sede dell'Associazione in via del Lavoro, 7.

Il corso è indirizzato a ragazzi e ragazze dai 14 anni: lo scopo non è solo fornire tecniche di autodifesa, ma anche migliorare la conoscenza e la consapevolezza del proprio corpo, in modo da acquisire sicurezza e autostima. Il metodo utilizzato è quello

Krav Maga, tecnica di difesa personale e di combattimento corpo a corpo nata in ambito militare.



Giovedì 1° marzo alle ore 19 è prevista una lezione di prova gratuita.

Per qualsiasi informazione, è possibile contattare l'istruttore al numero 3469713828 o il gruppo "La Quarta Strada" all'indirizzo laquartastrada@noivoiloro.it

La Quarta Strada Noivoiloro
in collaborazione con il
Master Teacher Paolo Chiavenna
ORGANIZZA
CORSO DI
DIFESA PERSONALE

Metodo Krav Maga
per ragazze e ragazzi dai 14 ai 20 anni
nei mesi di marzo, aprile e maggio.
Giovedì dalle 19 alle 20
presso la sede Noivoiloro.
Lezione di prova gratuita Giovedì 1 marzo h. 19.00

La difesa personale non è solo un mezzo per imparare a difendersi,
ma anche un tramite per migliorare la propria conoscenza,
acquisendo sicurezza e autostima.



Info: Paolo Chiavenna: 346/9713828 o mail a laquartastrada@noivoiloro.it