



CORSO DI AUTODIFESA FEMMINILE “DONNA PIU’ SICURA”

L’associazione “Judo Ju Jitsu Novara” organizza, con il patrocinio della Provincia di Novara e di Confcommercio-Terziario donna, il corso di autodifesa femminile gratuito “Donna più sicura”.

L’iniziativa si terrà a partire dal prossimo 10 maggio, dalle 20.15 alle 21.30, nella palestra del Liceo classico-linguistico “Carlo Alberto” di Novara. Le lezioni saranno curate da insegnanti qualificati Metodo globale autodifesa e prevedono strategie di prevenzione e psicologia dell’aggressione e una parte dedicata ai limiti e ai diritti della legittima difesa.

Per informazioni e iscrizioni è possibile telefonare ai numeri 340.7000750 e 349.2874518.

Lalla Negri – Ufficio stampa Provincia di Novara

Novara, 8-5-2023



JUDO JU JITSU NOVARA ORGANIZZA CON IL PATROCINIO DELLA PROVINCIA DI NOVARA E CONFCOMMERCIO - TERZIARIO DONNA:



DONNA **♀** **SICURA**

**Info e iscrizioni:
340 7000750
349 2874518**

**DALLE 20,15 ALLE 21,30
NELLA PALESTRA DEL
LICEO CARLO ALBERTO
A NOVARA**

**CORSO
DI DIFESA
PERSONALE
GRATUITO
RIVOLTO
ALLE DONNE**

10 MAGGIO

17 MAGGIO

24 MAGGIO

31 MAGGIO

7 GIUGNO

14 GIUGNO

- **INSEGNANTI QUALIFICATI MGA (METODO GLOBALE DI AUTODIFESA)**
- **STRATEGIE DI PREVENZIONE E PSICOLOGIA DELL'AGGRESSIONE**
- **PARTE LEGALE: LIMITI E DIRITTI DELLA LEGITTIMA DIFESA**