

A.S.D. GA.RU.SE.

Via San Pietro snc – 80038 Pomigliano D'arco c/o palazzetto dello sport



CON IL PATROCINIO DELL'ASSESSORATO ALLO SPORT
DEL COMUNE DI POMIGLIANO D'ARCO

E

IN COLLABORAZIONE CON LA **F.O.R.C.E.**
COMBAT SCHOOL COMPLETE MARTIAL
ORGANIZZA CORSI DI SPORT DA COMBATTIMENTO E

DIFESA PERSONALE –ANTISTALKING –

ED ALTRE ATTIVITA' SPORTIVE

(ginnastica posturale – danza moderna – aerobica –
step – fit boxe – total body - ecc. ecc.)

INFO: 333 6911424

Il corso di **DIFESA PERSONALE – ANTISTALKING -** nasce dall'idea di istruttori della scuola di sport da combattimento e difesa personale **F.O.R.C.E. –COMBAT SCHOOL COMPLETE MARTIAL**, appartenenti alle forze di polizia. Gli stessi forti delle esperienze maturate sia nelle arti marziali che sul campo, hanno deciso di mettere in essere il predetto corso, al fine di accrescere alle frequentatrici dello stesso, il giusto approccio mentale per difendersi da un'aggressione. Verranno simulate situazioni comuni ed in particolare, verranno illustrate le principali normative del codice penale in materia di difesa personale antistalking, per passare poi alla preparazione atletica ed allo studio di tecniche semplici ed efficaci, da applicare istintivamente nel corso di eventuali aggressioni.



Vinci la paura...