

SaronnoNews

Difesa personale: al via a Garbagnate Milanese il secondo corso dedicato alle donne

Stefano Ciccone · Monday, February 17th, 2020

Partirà sabato 22 febbraio il secondo dei tre corsi di autodifesa dedicati alle donne e proposti nell'ambito del progetto di sensibilizzazione "ImpariAMO la Parità", promosso dall'Assessorato alla Cultura del Comune di Garbagnate Milanese.

Il corso, "**Metodo Globale Autodifesa**", è a cura di A.S.D. Hokkaido e si svolgerà **nei sabati che vanno dal 22 febbraio al 4 aprile, dalle 10:30 alle 11:30, nella palestra ginnica del Centro Sportivo Comunale** di via Montenero.

Organizzati gratuitamente dalle associazioni che hanno aderito al progetto dell'amministrazione comunale, questi brevi corsi sono rivolti in particolar modo **alle donne e alle ragazze a partire dai 13 anni**. Nelle lezioni, il tema dell'autodifesa viene affrontato in modo globale, affiancando, a tecniche di difesa fisica, riflessioni in merito agli aspetti comportamentali ed emozionali.

Il progetto costituisce inoltre una preziosa opportunità per confrontare varie discipline che si occupano di difesa personale, sperimentarne i differenti approcci e venire a contatto con associazioni attive sul territorio di Garbagnate Milanese.

Informazioni e iscrizioni:

cultura@comune.garbagnate-milanese.mi.it

02 78618700 .

This entry was posted on Monday, February 17th, 2020 at 1:10 pm and is filed under [Milanese](#), [Tempo Libero](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

