



*A.G.D. La Costanza A. Massucchi
Settore Arti Marziali
in Collaborazione con*



KAZEBUSHI RYU

patrocinata da



città di Mortara



SEMINARIO SULLA VIOLENZA CONTRO LE DONNE 6 marzo 2011

Programma

Ore 14:00 iscrizioni

Ore 14:30 apertura dei lavori: saluto delle Autorità e
introduzione della Dott. ssa Verena Boscolo
Psicoterapeuta, Psicologa dello sport e Management sociale

Ore 15:30 lezioni aperte con i docenti

Aikido: prese e liberazioni

Judo: lotta a terra

Ju Jitsu: prevenzione e autodifesa

Krav Maga: utilizzo di oggetti occasionali

Sanda: colpi con arti superiori e inferiori

Ore 19:30 - 21:30 serata ricreativa e buffet
con consegna attestati di partecipazione

**Il seminario è totalmente gratuito ed è aperto
alle donne di tutte le età
è consigliato un abbigliamento comodo**

per i piccoli al seguito delle partecipanti lezioni di baby judo e baby ju jitsu, truccabimbi e gadgets
offerti dall'Associazione **CREATIVAMENTE** di Vigevano.
Partecipazione in maschera alla serata.

**presso il Palamassucchi
via dell'Arbogna 11, Mortara**

**Creativa
mente**

Iscrizione al Registro dell'Associazione PV-20

info: info@lacostanza.it

www.lacostanza.it

tel 0384 93015