



COMUNE DI CUGGIONO

IN COLLABORAZIONE CON



CORSO DI **DIFESA PERSONALE**

MAESTRO FAUSTO MERLOTTI, CINTURA NERA 6° DAN

TECNICHE DI DIFESA E
ANTIAGGRESSIONE



NOZIONI SULLA PREVENZIONE



CONSOLIDAMENTO
DELL'AUTOCONTROLLO



SICUREZZA IN SÈ STESSI

DA **LUNEDÌ 12 GENNAIO** 10 LEZIONI

DALLE 18.30 ALLE 19.30

PALESTRA SCUOLE MEDIE, VIA BIXIO, CUGGIONO

**IL CORSO È GRATUITO,
PER TUTTE LE DONNE DAI 16 AI 99 ANNI**

(CON OBBLIGO DI CERTIFICATO MEDICO E QUOTA ASSICURATIVA DI 30€)

INFO: FAUSTO MERLOTTI, CELL. 338 3935254