



Regioni & Città - Roma: a scuola di difesa personale con il Centro Ricerche Arti Marziali Libere

Roma - 20 set 2022 (Prima Notizia 24) L'obiettivo del corso, che si svolge ogni mercoledì all'Asd "In punta di piedi", è cercare di prevenire e gestire eventuali situazioni di aggressione.

Come prevenire le situazioni di aggressione? E' questo il leit motiv che sta alla base del corso di difesa personale curato dal Centro Ricerche Arti Marziali Libere di Roma, che si tiene ogni mercoledì dalle 19 alle 20 presso la sede dell'Asd "In punta di piedi", in Via Prassilla. Può capitare di trovarsi in una situazione di aggressione, ma come gestirla o evitarla dipende dalla potenziale vittima. Sotto la guida del VI° Dan Alessandro Pasquazzi, sarà possibile imparare a evitare, gestire o superare questi spiacevoli momenti. Non si tratta, però, di un corso di arti marziali e non è necessario avere alcuna preparazione atletica: saranno studiate varie situazioni, e i partecipanti impareranno tutte le tecniche e le strategie utili ad affrontarle, oltre ad avere un livello minimo di preparazione fisica. La prima lezione di prova è gratuita. Per info: +39 338 8137179.

(Prima Notizia 24) Martedì 20 Settembre 2022