



## **IL COMUNE DI CAPRALBA**

In collaborazione con l'Associazione Donne contro la Violenza

### **ORGANIZZA**

## **UN CORSO DI DIFESA PERSONALE**

tenuto dal Responsabile tecnico di Ju-Jitsu Sig. Scura Agostino

**RISERVATO A TUTTE LE DONNE  
A PARTIRE DAI 16 ANNI**

**IL CORSO SI TERRÀ PRESSO  
LA PALESTRA COMUNALE  
IL GIOVEDÌ DALLE ORE 20 ALLE ORE 22  
INIZIO 8 APRILE 2010**

NON È UN CORSO DI ARTI MARZIALI MA DI PREVENZIONE ALL'AGGRESSIONE,  
STRUTTURATO IN 9 INCONTRI DI 2 ORE CIASCUNO NEI QUALI LE PARTECIPANTI  
POTRANNO APPRENDERE LE TECNICHE DI DIFESA

IL CORSO PREVEDE INOLTRE DUE INCONTRI:

- UN APPROFONDIMENTO DEGLI ASPETTI EMOZIONALI E PSICOLOGICI
- UN INCONTRO CON UN LEGALE PER GLI ASPETTI GIURIDICI E LE NUOVE DISPOSIZIONI LEGISLATIVE.

**GIOVEDÌ 1 APRILE 2010 ALLE ORE 21  
PRESSO LA SALA PARAVISI (BCC ADDA E CREMASCO)  
PRESENTAZIONE DEL CORSO E DELL'ASSOCIAZIONE  
“DONNE CONTRO LA VIOLENZA”**

L'iscrizione è GRATUITA, viene chiesto un contributo di € 15 da destinare alla  
**ASSOCIAZIONE DONNE CONTRO LA VIOLENZA**

i partecipanti hanno l'obbligo di consegnare  
certificato di idoneità per la pratica di attività sportiva non agonistica  
numero massimo di partecipanti 20

*PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI TEL. 0373 452120 – 0373 452127  
segreteria@comune.capralba.cr.it*