



CORSI DI DIFESA PERSONALE



STAGE

DOMENICA 11 DICEMBRE 2016 – LODI

Palestra Scuola Media P.Gorini (ponte Adda)
Via X Maggio
Lodi

Dalle ore 10:30 alle ore 12:00

Abbigliamento comodo e scarpe ginniche



KRAV MAGA: LOTTA MILITARE ISRAELIANA

Il krav maga (difesa personale) è un sistema di tecniche di combattimento e sopravvivenza che significa letteralmente "combattimento con contatto". E' semplice, immediato, efficace, non richiede una specifica preparazione fisica, adatto a donne, uomini e ragazzi. Insegna tattiche per l'autodifesa, combattimento corpo a corpo, protezione di terza persona, valutazione ambientale e del pericolo.



askslodi@gmail.com

www.shitoryu.it

338 61.78.777

Trainer AKI Paolo Zoccolanti
