



M.G.A.

Metodo Globale di Autodifesa



A.S.D. Cistellum Judo-Karate organizza corso di Autodifesa Personale per tutti a partire dai 14 anni di età.

Il corso sarà tenuto da un insegnante tecnico di Judo / M.G.A. fijlkam

Corso avrà luogo nella Palestra I.A.L. di Cislago in via 24 Maggio (ingresso Croce Rossa)

ogni martedì e venerdì

dalle 20:30 alle 21:30.

INIZIO CORSO: 5 settembre 2017



Lo scopo del corso è quello di far acquisire agli allievi una maggiore sicurezza in sé stessi di fronte ad eventuali condizioni di pericolo tramite l'utilizzo di semplici movimenti fisici.



Le iscrizioni entro il 5 Settembre
Per informazioni ed iscrizioni:
chiamare al numero 3408609817 / 3284583552
o via e-mail: iosif.fodor71@gmail.com

IMPARIAMO A DIFENDERCI