

# "LE CIMINIERE"



## CORSO DI DIFESA FEMMINILE

il corso si svolgerà  
presso il Circolo Arci Le Ciminiere- Via Del  
Cemento 25 Ca' De Caroli- Scandiano (RE)

5 Lezioni pratiche e teoriche  
Ogni giovedì dalle 19 alle 20,30  
a partire da Giovedì 26 Febbraio

Istruttore: CRISTIAN PLACUCCI

Corso adatto a tutte le ragazze e donne dai 14 anni in su

### Argomenti principali:

- Prevenzione e gestione delle emozioni e dello stress
- Uso di dispositivi di difesa
- Linguaggio non verbale (postura, atteggiamenti, ...)
- Analisi possibili scenari con prove pratiche di difesa

**COSTO: 50 € a persona**

**ISCRIZIONI  
ENTRO  
15 FEBBRAIO**

**Riservato ai soci ARCI**

 **351 571 5260**

 **circololeciminiere@gmail.com**

