

WORKSHOP DI AUTODIFESA PERSONALE

Basati sulla disciplina del Krav Maga

dalle ore 15.00 alle ore 17.00
presso il Pala Cus in Via Campi n.161 Modena

✓ **28 Gennaio**
"Come riconoscere i pericoli"

✓ **11 Febbraio**
"Riflessi e velocità"

✓ **4 Marzo**
"Come liberarsi dallo
strangolamento"



INBAL HAIM
Istruttrice Krav Maga
delle Forze Armate
Israeliane



Il Cus Mo.Re propone dei Workshop di AUTODIFESA PERSONALE FEMMINILE basati sulla disciplina del Kraw Maga insieme alla nostra bravissima istruttrice **Inbal Haim** - Dance & Fitness, delle forze armate israeliane.

L'evento è dedicato a ragazze/donne dai 14 anni in su;

Ogni incontro dura 2 ore;

Presso PALACUS di Modena in Via Giuseppe Campi 161,

Dalle 15.00 alle 17.00,

1° workshop 28 gennaio

Come riconoscere i pericoli: Punti di debolezza e Difesa dagli attacchi

2° workshop 11 febbraio:

Riflessi e velocità: Colpi "scorretti" ma efficaci

3° workshop 4 marzo:

Liberarsi dallo strangolamento in piedi e a terra

COME PARTECIPARE?

Iscrizioni in SEGRETERIA entro GIOVEDÌ 26/01/23:

20€ per singolo incontro

49€ il pacchetto completo di 3 incontri.

⚠ I workshop sono a numero chiuso fino ad esaurimento posti.

L'autodifesa è la più antica legge della Natura.
(John Dryde)

INFO POINT:

Cus Mo.Re – Via Giuseppe Campi 161 a Modena

SITO: www.cusmodena.it

EMAIL: segreteriaacus@unimore.it

TELEFONO: 059.2058125,

WHATSAPP: 327.8222112,

UNISCITI A NOI!!!

ORARI SEGRETERIA

DAL 29 AGOSTO '22 FINO AL 31 MAGGIO '23

LUNEDÌ 10.00 - 12.30 | 16.00 - 18.45

MARTEDÌ 13.00 - 18.45

MERCOLEDÌ 10.00 - 12.30 | 16.00 - 18.45

GIOVEDÌ 10.00 - 12.30 | 16.00 - 18.45

VENERDÌ CHIUSO

☎ Per Info
0592058125

✉ Per Info e Iscrizioni
segreteriaacus@unimore.it

