



Comune di Monselice – Assessorato allo Sport

In collaborazione con



*“Noi non siamo il sesso debole, siamo il sesso impreparato”
Stefania Zanetti*

TAEKWONDO TEAM MONSELICE
Associazione Sportiva Dilettantistica

CORSO GRATUITO DI DIFESA PERSONALE

Rivolto a donne,
adolescenti
e soggetti deboli

Info e contatti

e-mail sport@comune.monselice.padova.it

Telefono 0429 786 914

Lun-Mer-Gio-Ven: 9.30 - 12.30

Martedì pom.: 16.00 - 18.00

Indirizzo: P.zza San Marco, 1 - Monselice PD

Inizio Corso

Mercoledì 7 febbraio 2018

ore 20.30 – 22.00

(il corso sarà ogni Mercoledì per 12 lezioni)

Palestra Istituto Kennedy - Monselice

Comprendere le situazioni pericolose ed affrontarle

Percepire e capire i pericoli per evitarli

Acquisire sicurezza ed aumentare l'autostima

Preparazione di base nell'autodifesa istintiva