



In occasione della "Settimana Donna"
il Comune di Torcegno in collaborazione con
Asd Qwan Ki Do Tang Lang organizza:



Corso di autodifesa per donne e ragazze da mercoledì 15 marzo

Corso base della durata di 5 lezioni in cui verranno fornite nozioni teoriche e pratiche per difendersi da situazioni di aggressione che possono capitare nella vita quotidiana.



CHI: il corso ed è riservato a donne e ragazze di tutte le età.

QUANDO: cinque mercoledì a partire dal 15 marzo (15-22-29 marzo, 5 e 12 aprile) dalle 20.00 alle 21.30 nella palestra delle scuole elementari. Indossare abbigliamento sportivo e scarpe da ginnastica.

COSTO: il corso è gratuito. E' previsto un contributo di 10 euro per la copertura assicurativa.

INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI: in Comune o contattando Marika (marikacaumo@gmail.com).

Le iscrizioni possono essere fatte anche in occasione della prima lezione.

Al termine le partecipanti riceveranno un piccolo omaggio realizzato dalle donne del Gruppo Arcobaleno di Torcegno.