

VareseNews

Ju jitsu e difesa personale: nuovi corsi al via

Pubblicato: Sabato 3 Settembre 2011



Imparare le tecniche di difesa personale attraverso i segreti dell'arte marziale giapponese Ju jitsu. È l'obiettivo dei corsi organizzati ad **Angera** dall'istruttore Gabriele Caccia. Il corso, per bambini dai 10 anni e adulti, si terrà alla palestra delle scuole elementari. Saranno organizzate inoltre delle lezioni per sone donne di conoscenza dei pericoli urbani, controllo dell'ambiente, difesa a mani nude o con oggetti comuni, disarmo di minaccia armata, bloccare malvivente senza cagionar danni, gestione dello stress. Orari: **martedì 17.30-18.30 e venerdì 18.30-22.00**

Per informazioni: 335.5217425

[Cos'è il Ju jitsu? Leggi per saperne di più](#)

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it