

Giornata contro la Violenza sulle donne: lezioni gratuite alla Total fighting school

Pubblicato: Mercoledì 20 Novembre 2019



(Foto Facebook – Total Fighting School)

La **Total Fighting School**, scuola di arti marziali per la difesa personale affiliata al Centro Sportivo Educativo Nazionale, per conto del quale è responsabile nazionale del settore “Total Fighting” e responsabile provinciale del settore “Jeet Kune Do” organizza per **lunedì 25 novembre, in occasione della “Giornata Mondiale contro la Violenza sulle Donne”** due importanti eventi gratuiti rivolti alle donne di ogni età.

Saranno infatti ben due gli stage gratuiti durante i quali le donne potranno partecipare: **uno si terrà ad Arcisate presso la nuova palestra Olimpia Fitness Center** di Via Piave mentre il secondo sarà svolto alla **palestra Quinto Elemento di Venegono Inferiore**, in collaborazione con l’Amministrazione Comunale locale.

«Il tema della Violenza sulle Donne come sapete è un problema che ci sta molto a cuore – dice il **Maestro Fabio Ganna, fondatore e capo istruttore della Total Fighting School** – e quindi anche quest’anno abbiamo deciso di organizzare questi due eventi gratuiti per **sensibilizzare le donne sulla necessità di imparare a prevenire**, gestire ed all’occorrenza far fronte con tecniche di autodifesa ad eventuali aggressioni violente. Il nostro protocollo d’insegnamento è basato su Prevenzione: per capire come evitare le situazioni di rischio, Comunicazione: con la famiglia, gli amici, i professionisti del

settore e le forze dell'ordine, Azione: in caso di estremo bisogno le tecniche di combattimento più efficaci, istintive e semplici da applicare per poter sopravvivere all'aggressione. Questi saranno quindi i temi che affronteremo durante i due workshop».

Non sarà certo un singolo stage o una lezione a formare in maniera completa donne e ragazze nella difesa personale, ma l'obiettivo della scuola è quello di avvicinarle a questa possibilità e di dare alcuni indirizzi chiari e precisi che possano comunque aiutarle fin da subito in caso di bisogno.

«E' esattamente questo il nostro obiettivo – **conferma l'Istruttore Daniele Mazzucchelli, Responsabile del Settore Difesa Personale Femminile della Total Fighting School** – Mettiamo a disposizione gratuita, in occasione di questa ricorrenza, tutta la nostra conoscenza e professionalità maturata in anni di pratica, insegnamento e collaborazione con associazioni, psicologi, avvocati, professionisti del settore e forze dell'ordine. Ovviamente per ottenere una formazione più completa ed adeguata le donne e le ragazze sono invitate a partecipare in maniera continuativa ai nostri corsi che teniamo in tutta la provincia, ma potranno apprezzare già in questi eventi l'efficacia di quanto riusciranno meglio ad apprendere e consolidare con una formazione continua. Inoltre volevo precisare che l'evento che si terrà a Venegono sarà focalizzato sul tema dello Stalking e la serata è aperta anche agli uomini, spesso vittime anch'essi di questo grave problema».

Maggiori informazioni sulla scuola e sugli eventi organizzati dalla stessa si possono trovare sul sito internet della stessa all'indirizzo www.totalfightingschool.com e sulla sua [pagina Facebook](#).

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it