

VareseNews

In partenza a Varese Corsi due laboratori di difesa personale

Pubblicato: Venerdì 7 Marzo 2025



Con Varese Corsi sono in partenza da **martedì 11 marzo due corsi di “Difesa personale israeliana”** per apprendere le tecniche essenziali del sistema di autodifesa nato in Israele e conosciuto in tutto il mondo per la sua efficacia e semplicità. Inizialmente utilizzato dai civili e militari, risulta essere facilmente praticabile grazie ai movimenti semplici intuitivi e immediatamente applicabili nelle situazioni di pericolo.

Il corso è rivolto a tutti, a partire dai 10 anni in su, anche senza esperienze pregresse in sport da combattimento o preparazioni atletiche specifiche.

In partenza da martedì 11 marzo, **entrambi i corsi saranno strutturati in dieci lezioni**. Qui tutte le informazioni:

Martedì 11 marzo dalle 18:30 alle 20:00. [Clicca qui per iscriverti](#)

Martedì 11 marzo dalle 20:00 alle 21:30. [Clicca qui per iscriverti](#)

di C.F.

