

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

Ju jitsu e difesa personale: nuovi corsi al via

Redazione Varese News · Saturday, September 3rd, 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](#)

This entry was posted on Saturday, September 3rd, 2011 at 12:00 am and is filed under [Sport](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

