



Associazione Arti Cultura e Sport Orientali
20833 Giussano - via A.Diaz 8
C.F. 91117980150
www.federazioneitalianamuaythai.com
info@federazioneitalianamuaythai.com



FIMT
**Federazione
Italiana
Muay Thai**

ORGANIZZANO

**CON IL PATROCINIO DELLA PROVINCIA MONZA E BRIANZA E DEL COMUNE DI
GIUSSANO**



**PROVINCIA
MONZA
BRIANZA**



**CITTÀ DI
GIUSSANO**

CORSO DI DIFESA PERSONALE

“NELLA SEMPLICITÀ RISIÈDE L'EFFICACIA”

CIÒ CHE SI PROPONE QUINDI È UN SISTEMA DI DIFESA PERSONALE, FISICA E PSICOLOGICA, ADATTO A TUTTI QUELLI CHE VOGLIONO IMPARARE A DIFENDERSI DAI PREPOTENTI, CHE SONO ALLA RICERCA DI UNO STRUMENTO SEMPLICE ED EFFICACE PER CREARE UN PROPRIO SISTEMA DI DIFESA PERSONALE, CONSOLIDANDO E RINFRANCANDO LA FIDUCIA IN SE STESSI, ANCHE A CHI (UOMO O DONNA) NON HA PIÙ “IL FISICO”, “L'ETÀ” OPPURE NON HA MAI PRATICATO ARTI MARZIALI. ELEMENTI DI PSICOLOGIA DEL CONFRONTO, ETOLOGIA E PROSSEMICA COMPLETANO ED ARRICCHISCONO IL PROGRAMMA.

STRUTTURA DEL CORSO

Il corso garantirà la massima serietà dei docenti e il rispetto della privacy di tutte le partecipanti. Il corso vedrà l'alternarsi di fasi pratiche e teoriche, durante le quali con le allieve si analizzeranno e discuteranno le dispense distribuite durante le lezioni.

DURATA: n. 7 lezioni a cadenza settimanale da tenersi il lunedì sera.
n. 1 lezione ad indirizzo teorico/psicologico

Inizio III edizione anno 2012/2013 lunedì **22 ottobre 2012 ore 19.30 presso la palestra dell'Istituto Superiore d'Arte Modigliani, via Caimi 5, Giussano.**

- Prima sessione: ottobre—dicembre (22 ottobre—10 dicembre)
- Seconda sessione: gennaio – marzo (21 gennaio - 17 marzo)
- Terza sessione: aprile – maggio (8 aprile – 9 giugno)

COSTO: 70 euro (nella quota è compresa l'assicurazione sportiva).

Pre-iscrizione obbligatoria presso la palestra dell'istituto d'Arte Modigliani tutti i martedì e giovedì dalle 19.30 alle 21.30.

NUMERO MASSIMO DI PARTECIPANTI: 15/20 iscritti per corso.

INFORMAZIONI E SEGRETERIA: Associazione AACSO, Giussano,
Tel. 3389656354/3930039383 - www.fimt1991.com -