



Città di  
**TREVIGLIO**

SETTORE SERVIZI  
ALLA PERSONA



Scuola di Ju Jitsu Moderno  
Scuola di Difesa Personale

Direttore Tecnico Nazionale  
Maestro Pietro Zizza - Cintura Nera 6° Dan

# “DIFENDERSI È UN DIRITTO DI TUTTI”

## CORSO DI ANTIAGGRESSIONE FEMMINILE

### “PROGETTO DONNA SIKURA”

Il corso, rivolto esclusivamente alle sole donne, si articola in **05 lezioni** e sarà svolto la **domenica mattina**, 11-18-25 marzo, 8-15 aprile 2018 dalle ore **09,00** alle ore **11,00**.

Il corso permette ai partecipanti di acquisire sicurezza in situazioni che verosimilmente possono verificarsi quotidianamente. Sì, quotidianamente. Tutti noi quando sentiamo parlare di un corso di “Difesa Personale”, abbiamo la tendenza ad immaginare che una persona di modesta struttura fisica venga molestata se non aggredita da un altro individuo di struttura esageratamente superiore. Non è così. La violenza, soprattutto nei confronti delle donne, avviene nei più impensabili luoghi e, con maggior frequenza, tristemente, nell’ambito lavorativo e, ancor più grave, in quello familiare o nella cerchia di conoscenti. Per quanto riguarda la sicurezza nei luoghi aperti questa è ormai una questione centrale della nostra società e, nonostante la realtà provinciale in cui viviamo sia più tranquilla rispetto a quella metropolitana, anche le nostre cittadine stanno perdendo il loro aspetto rassicurante.

In questo contesto, aumenta giorno per giorno il disagio personale, condizionando le nostre scelte di vita quotidiana, togliendoci quindi, con insicurezza e paura, parte delle nostre libertà.

**Date delle lezioni: dal 11-18-25/03/2018 e 08-15/04/2018 – dalle ore 09,00 alle ore 11,00 - presso la Palestra della Scuola Elementare Cesare Battisti in Viale Piave a Treviglio.**

Il corso è gratuito per le donne dai 14 ai 65 anni, è richiesto solo un contributo di €. 10,00 per spese assicurative.

Munirsi di certificato medico di idoneità alla pratica con ECG a riposo, rilasciato dal proprio Medico curante.

