



DIFESA PERSONALE

Serata organizzata in occasione della (H) Open Week sulla Salute della Donna e dedicata ai dipendenti di ASST Valcamonica

L'evento è **gratuito**, ma i **posti** sono **limitati** pertanto è richiesta l'iscrizione entro Martedì 22 Aprile



a.filippini@asst-valcamonica.it



0364 369907



**ABBIGLIAMENTO
SPORTIVO
CONSIGLIATO!**

Mercoledì 23 Aprile

presso Sala Conferenze
Palazzina Nuova
dalle 17.00 alle 19.00

Programma:

Parte teorica:

- Analisi del Contesto
- Descrizione delle principali tecniche di autodifesa

Parte pratica:

- Dimostrazione pratica delle principali tecniche di autodifesa
- Simulazione a coppie

La serata sarà guidata da istruttori qualificati FIJLKAM

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Valcamonica



Programma



Luoghi di lavoro che Promuovono Salute



Regione
Lombardia

