

## **WING WOMAN REVOLUTION** **CORSO DI AUTODIFESA FEMMINILE**

Il WING WOMAN REVOLUTION è un sistema creato dal maestro di arti marziali Sifu Victor Gutierrez, che insegna ad utilizzare tutto il corpo come strumento atto a difendersi nella maniera più istintiva ed efficace possibile; per questo è destinato alle donne di tutte le età, anche prive di esperienza in ambito marziale.

Il programma d'insegnamento del WING WOMAN REVOLUTION si articola in una fase teorica per svolgere un lavoro di prevenzione dai rischi di aggressione, ed in una tecnico-pratica in cui sarà data particolare enfasi all'utilizzo delle armi (bastone o altro oggetto d'uso quotidiano), si alleneranno le reazioni ad un contatto e si impareranno le dinamiche in caso di caduta a terra.

- **DOVE** il corso si terrà presso lo Spazio99, in Via Curiel 15/2, raggiungibile con bus 14 (fermata Magnani) o 20 (fermata Celebrazioni) dal centro. Nella fascia della mattina è facile trovare parcheggio a pagamento (corona semicentrale).
- **QUANDO** *il SABATO* dalle 10 alle 12, con inizio il 30 novembre.

Il calendario prevede QUINDICI incontri, + la lezione di prova

30/11 (lezione di prova); 7/12; 21/12- (il calendario del 2020 verrà fornito in seguito)

La lezione del 30 novembre è GRATUITA!

- **QUANTO:** Il corso costa 40 € MENSILI+ 10 € UNA TANTUM (tessera associativa con assicurazione)
- **INFO:** Per ulteriori informazioni e iscrizioni chiamare 339/7746956 il lun, mar e ven dalle 10 alle 12 o scrivere a [teatrodellarabbia99@gmail.com](mailto:teatrodellarabbia99@gmail.com).
- Attenzione: il corso è a numero chiuso. **Sabato 16 novembre alle ore 18 si terrà un aperitivo di presentazione dei corsi presso lo Spazio99, con un piccolo rinfresco.**