

Riparte il corso di autodifesa femminile

Pubblicato: Mercoledì 22 Gennaio 2014



L'amministrazione comunale di Casciago non abbassa la guardia. A grande richiesta è ripartito il corso di autodifesa femminile nella palestra comunale di via Grinzia. L'iniziativa, promossa dall'assessore Simone Fraietta, è ripartita grazie alla disponibilità e alla collaborazione dei City Angels di Varese, istruttori del corso. «L'obiettivo è quello di neutralizzare l'aggressore attraverso la superiorità tecnica, ha lo scopo di ridurre la vulnerabilità di una potenziale vittima, innanzitutto attraverso strategie di dissuasione preventiva e di auto-protezione – spiegano gli organizzatori -. La sua finalità non è di “insegnare alle donne a picchiare” ma piuttosto a sottrarsi nel modo più rapido e sicuro ad una esperienza di prevaricazione. Il corso è finalizzato all'acquisizione di una maggiore sicurezza nell'affrontare eventuali situazioni di pericolo, attraverso tecniche e pratiche di autodifesa e l'analisi di atteggiamenti psicologici adeguati. Nel corso delle lezioni le partecipanti ampliano la conoscenza ed il controllo del proprio corpo in movimento e possono inoltre sperimentare modelli di comportamento e reazioni emotive, imparando a gestire la propria aggressività e rafforzando la propria sicurezza in se stesse, attraverso la scoperta delle proprie potenzialità fisiche e mentali». A Tutte le donne partecipanti al corso e' stato regalato un braccialetto gentilmente offerto dal negozio 3ND di Varese.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it