



Qwan Ki Do

Kung Fu



SEMINARIO PRATICO DI AUTODIFESA

LUNEDÌ 9, 16 e 23 MARZO
DALLE 18.30 ALLE 19.30

EVENTO GRATUITO RIVOLTO ALLE DONNE PER:

- Aumentare la consapevolezza personale
- Apprendere strategia di prevenzione
- Sviluppare abilità pratiche di autoprotezione
- Rafforzare sicurezza, fiducia e controllo delle emozioni



Comune di
Baranzate
Città Metropolitana di Milano



Centro Antiviolenza

PER ISCRIZIONI:

iscrizioniQKD@comune.baranzate.mi.it