

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## Al via a Parabiago corsi di difesa personale e contrasto al bullismo per donne e ragazzi

Redazione · Friday, January 13th, 2023

Al via dal 1° febbraio a Parabiago due corsi gratuiti rivolti alle donne e ai ragazzi dedicati rispettivamente alla difesa personale e al contrasto al bullismo promossi dall'assessorato alle Politiche sociali in collaborazione con l'associazione sportiva Kankudojo Arti Marziali.

Il progetto “Donna Sicura” si articolerà in **dieci lezioni rivolte alle donne che intendono acquisire tecniche di difesa personale** per riconoscere e contrastare situazioni di pericolo: le lezioni – che si svolgeranno il martedì e il giovedì dalle 20 alle 21 e dalle 21 alle 22 nella palestra Ugo Reina del campo sportivo Libero Ferrario e il lunedì e il mercoledì dalle 19.30 alle 21 e dalle 21 alle 22 alle scuole medie Rapizzi in via Gramsci o alle scuole elementari di San Lorenzo – **saranno tenute da tecnici, istruttori e maestri certificati e con anni di esperienza nel settore** e alla fine del corso verrà rilasciato un attestato di partecipazione riconosciuto da A.S.I – C.O.N.I.

**Il progetto “No al bullismo”, invece, è rivolto ai ragazzi dai 9 ai 14 anni** e si comporrà anche in questo caso di dieci lezioni tenute da tecnici, istruttori e maestri certificati e con anni di esperienza nel settore con attestato finale di partecipazione riconosciuto da A.S.I – C.O.N.I. Le lezioni si svolgeranno il lunedì e il mercoledì dalle 18 alle 19 e dalle 19 alle 20 nella palestra delle scuole medie Rapizzi, il martedì e il giovedì dalle 18 alle 19 e dalle 19 alle 20 sempre nella palestra delle scuole medie Rapizzi e il martedì e il giovedì dalle 18 alle 19 e dalle 19 alle 20 nella palestra Ugo Reina del campo sportivo Libero Ferrario.

Per **informazione in merito alle iscrizioni e ai corsi**, è possibile scrivere all'indirizzo mail [kankudojoparabiago@virgilio.it](mailto:kankudojoparabiago@virgilio.it)

This entry was posted on Friday, January 13th, 2023 at 12:32 pm and is filed under [Alto Milanese](#), [Eventi](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

