



UISP
sportpertutti
Comitato di Modena

coop
Alleanza 3.0

Non sei l'una

Un programma dedicato a tutte le donne, a partire dai 14 anni, per apprendere tecniche di autodifesa e migliorare la propria sicurezza personale.

Scopri la promozione
dedicata a mamma e
figlia!



Il corso si svolgerà in **6 incontri pratici**, nelle seguenti date:
9, 16, 23 e 30 novembre
7 e 14 dicembre

dalle 15 alle 16:30

presso la **Palestra Metagym**
Via Don Pasquino Fiorenzi, 135, 41123 Modena MO

Guidate dagli esperti **Elisa Zigarini, Davide Ponzoni e Gianluca Giordani**

Per info e iscrizioni Uisp Modena - benessere@uispmodena.it
e Palestra Metagym - palestra.metagym95@gmail.com

www.comune.modena.it