



L'ASSOCIACIÓ D'ARTS MARCIALS
NTJ ASPA
ORGANITZA EL TALLER INTRODUCTORI DE



TÈCNIQUES DE DEFENSA PERSONAL FEMENINA

Activitat organitzada dins els actes de commemoració del 25 de novembre Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència envers les Dones.

S'oferiran consells de seguretat i autoprotecció i tècniques senzilles i efectives de defensa personal davant diferents situacions de perill que es poden presentar. A partir dels 16 anys i per totes les condicions físiques. Les menors d'edat hauran d'anar acompanyades de un/una adult/a responsable. També podeu portar a la vostra parella per col·laborar.

DATES DEL TALLER: 30 de novembre de 2019.

HORA: De 11 a 13h.

LLOC: Platja davant el baixador o Estació d'Ocata

A CÀRREC DE: Manel Miranda

Professor d'Arts marcial i Expert en Defensa Personal.

Activitat gratuïta

Per a més informació i inscripcions :

Tel. 658 273 786



WhatsApp

Correu: ntjaspa@gmail.com

****Si per causes meteorològiques s'ajorna el curs, us mantindrem informades via WhatsApp o podeu consultar la nostra pàgina a facebook.**

www.facebook.com/ntjaspa/

Col·labora



Ajuntament del Masnou