

DIFESA PERSONALE

PRENOTAZIONI

APP Sport Center Parma  
SITO [www.sportcenterparma.it](http://www.sportcenterparma.it/areapersonale)
/areapersonale

MARTEDÌ

19:10-20:10 **1**
AVVIAMENTO
Pietro

19:10-20:10 **2**
KRAV MAGA
Pietro

MERCOLEDÌ

19:10-20:10 **1**
AVVIAMENTO
Pietro

GIOVEDÌ

19:10-20:10 **1**
AVVIAMENTO
Pietro

- 1** Livello: per chi desidera imparare le tecniche di difesa personale indipendentemente dalla preparazione fisica e dalle precedenti esperienze sportive. Le lezioni perse non possono essere recuperate. Le lezioni sono a frequenza di una volta a settimana (es: scelgo il martedì, posso frequentare solo il martedì). Minimo 5 iscritti
- 2** Livello: riservato a chi ha completato l'Avviamento alla Difesa Personale e desidera approfondire le tecniche del Krav Maga. Le lezioni sono a prenotazione e a scalare. La disdetta della lezione dovrà essere fatta 24 ore prima dell'inizio e in caso di mancata disdetta la lezione verrà scalata.