



Zaragoza, a 03 de noviembre de 2019

CURSO DE DEFENSA PERSONAL

Desde el APA os ofrecemos la posibilidad de inscribiros en un **Seminario de Defensa Personal**, promovido por el **Gobierno de Aragón**, a través de un pacto de Estado.

Dicho curso está impartido por **Rubén Lagraba** Director deportivo de la federación Aragonesa de Kárate.

En dicho seminario se trabajarán múltiples protocolos y técnicas para resolver agresiones de diferentes tipos, incluyendo agarres por delante, por la espalda, intento de golpes, evitar agresiones en el suelo.

Anímate a participar.

FECHAS 9 y 16 de noviembre (Sábados)

LUGAR Gimnasio del Colegio

Hora de inicio 10 horas

Hora finalización 11:45 aprox.

Edad mínima participación: 16 años.

Inscripción (Únicamente por WEB): <https://forms.gle/V7KMFprLFZfZsuNv8>



COMISIÓN DE CULTURA A.P.A.
Zaragoza, 03 de noviembre de 2019.