

São Caetano terá treinamento gratuito de Krav Maga para mulheres

Thatiane Tognelli

Instrutores habilitados pela Federação Sul Americana de Krav Maga oferecerão uma aula aberta e gratuita às mulheres, em celebração ao mês da mulher. O treinamento destina-se a mulheres interessadas em mudar sua relação com o medo e aprender técnicas de defesa pessoal, independentemente de preparo físico ou experiência em artes marciais.

Durante a aula, as participantes terão a oportunidade de conhecer a filosofia do Krav Maga e vivenciar situações como roubo de bolsa, puxão de cabelo, enforcamento e tentativa de estupro, testando as técnicas de defesa ensinadas. O Krav Maga enfatiza respostas simples, rápidas e eficazes para situações de violência, trabalhando tanto o aspecto físico quanto o mental/emocional dos praticantes.

SÃO CAETANO

Krav Maga São Caetano

10/03 das 08h às 12h

Rua Arlindo Marchetti, 338 – São Caetano do Sul – SP

Inst. Marthus Daniel

WhatsApp 1199737-7962

<https://saocaetanodosul.info/7779/treinamento-gratuito-krav-maga/>

Veículo: Online -> Site -> São Caetano Info