

CORSO GRATUITO DI AUTODIFESA FEMMINILE ON-LINE

L'Unione Territoriale Intercomunale (UTI) del Natisone, nell'ambito delle attività del Corpo di Polizia locale, considerate le restrizioni legate al contenimento del COVID19 ha organizzato il corso di autodifesa femminile e sicurezza previsto per Cividale del Friuli in modalità on-line. Il corso tiene conto dell'esigenza di unire alla preparazione tecnica sull'autodifesa anche importanti nozioni relative alla prevenzione, ad un corretto approccio psicologico e alla conoscenza della normativa che tutela l'incolumità personale.



Calendario Attività

CORSO 1 – CIVIDALE DEL FRIULI ON-LINE			
Data	Orario	Argomento /Attività	Sede
gio 19/nov 20	Ore 20.30	Il Codice Rosso: caratteristiche e novità	WEBINAR
ven 20/nov 20	20.30 - 21.30	Tecniche di autodifesa	ON-LINE
ven 27/nov 20	20.30 - 21.30		
mar 01/dic 20	20.30 - 21.30		
ven 04/dic 20	20.30 - 21.30		
ven 11/dic 20	20.30 - 21.30		
mar 15/dic 20	20.30 - 21.30		

PER EVENTUALI NUOVE ISCRIZIONI

Le donne già iscritte all'edizione di Cividale del Friuli riceveranno direttamente le indicazioni per accedere al corso. Eventuali nuove iscrizioni saranno possibili fino al giorno 17 novembre 2020 compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet dell'UTI (www.natisone.utifvg.it), su www.irss.it oppure inquadrando con lo smartphone il QR Code sotto riportato.

N.B. Il corso è riservato alle donne che risiedono nei Comuni di Buttrio, Cividale del Friuli, Drenchia, Grimacco, Manzano, Moimacco, Premariacco, Prepotto, Pulfero, Remanzacco, San Giovanni al Natisone, San Leonardo, San Pietro al Natisone, Savogna e Stregna. Il Corso si configura come attività ludico-ricreativa, per le lezioni in palestra è richiesto di godere di buona salute. Per le persone abitualmente sedentarie è raccomandato un controllo medico prima dell'avvio delle lezioni pratiche.

