



Comuni di Gemona del Friuli, Bordano,
Montenars, Trasaghis e Venzone



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

Iniziativa realizzata con il contributo della
Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia
Servizio affari istituzionali e locali, polizia locale e sicurezza

Corso gratuito **AUTODIFESA FEMMINILE E SICUREZZA**

I Comuni di Gemona del Friuli, Bordano, Montenars, Trasaghis e Venzone hanno organizzato un nuovo Corso gratuito di autodifesa femminile e sicurezza che 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.

Il corso sarà presentato nel corso di una serata informativa aperta al pubblico dal titolo:

SICUREZZA E LEGITTIMA DIFESA: LINEE GUIDA

che si terrà il giorno

20 APRILE – ORE 20.30

presso

Auditorium San Michele di Gemona del Friuli, Largo Porta Udine

Calendario e sedi delle lezioni

Comune	Data	Orario	Argomento/attività	Sede
Gemona del Friuli	20/apr	Ore 20.30	Sicurezza e legittima difesa: linee guida	Auditorium San Michele (Largo Porta Udine)
Gemona del Friuli	27/apr	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra C.R.I. In Via Velden
Gemona del Friuli	04/mag	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra C.R.I. In Via Velden
Gemona del Friuli	11/mag	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra C.R.I. In Via Velden
Gemona del Friuli	18/mag	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra C.R.I. In Via Velden
Gemona del Friuli	25/mag	20.30 – 21.30	Tecniche di autodifesa	Palestra C.R.I. In Via Velden

PER ISCRIVERSI

Sarà possibile iscriversi fino al giorno 18 aprile 2018 con le seguenti modalità:

- compilando la scheda di iscrizione on-line sul sito internet del Comune oppure su www.irss.it;
- inviando la scheda di iscrizione a irss@irss.it, oppure al fax 0432 1841050;
- rivolgendosi all'ufficio di Polizia Locale di Gemona (lun 9.30 – 13.30, mer 16.30 – 19.00, ven 7.00 – 12.00).

La scheda di iscrizione è anche scaricabile dal sito internet del Comune.

N.B. Avranno priorità nelle iscrizioni le donne che risiedono nei Comuni organizzatori.

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.

I posti sono limitati, se interessate vi consigliamo di procedere subito all'iscrizione.