

# Corso di autodifesa a Prevalle

01 AGOSTO 2022



L'amministrazione comunale, nell'ambito delle proposte per i giovani di questa estate 2022, ha organizzato un corso di autodifesa, destinato soprattutto alle ragazze, che si articola in tre incontri. Dopo il primo, che si è svolto in questi giorni, i prossimi appuntamenti sono per il 4 e l'11 agosto, presso il parco di Palazzo Morani, dalle 17:30 alle 18:30.



Gli incontri di avvicinamento all'autodifesa fanno parte del più ampio progetto relativo alle manifestazioni estive "Summer time". Questa particolare iniziativa ha visto il coinvolgimento degli istruttori della società sportiva diretta dal maestro Ottorino Mombelli ed è destinata alle ragazze di Prevalle, che sono invitate a partecipare ai prossimi incontri anche se non erano presenti al primo.

Durante la prima riunione gli istruttori hanno mostrato alcune semplici ma efficaci tecniche di autodifesa con le quali le ragazze poi si sono cimentate. Era presente e partecipe anche la polizia locale del paese con il comandante Massimo Zambarda e l'agente Sarah Costamagna.

L'introduzione teorica dell'istruttore Mombelli è stata importante quanto la parte pratica, perché è stata sottolineata l'importanza di essere sempre attenti al luogo in cui ci si trova, di fare attenzione ad ogni persona intorno per poter percepire gli elementi di possibile pericolo e quindi anche di imparare a considerare le opportunità di aiuto su cui si potrebbe eventualmente fare affidamento.

Per eventuali informazioni riguardo questa e le altre iniziative è possibile contattare il n. 338.2163295 (Matteo).

