



**SPECIAL TACTICAL
SYSTEM**



CORSO DI AUTODIFESA PER DONNE

**Tecniche Anti-aggressione
Anti-stupro**

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

M° Alessio Baccaro
cell.: **349-3072848**

Collab. Malagoli Letizia
cell.: **348-0961215**

A.S.D. Centro Fitness Taiji Kase via Bolzano 37 Modena

Tel/Fax.: **059-395155**

Mail.: fox.extreme@libero.it

Siti.: www.taijikase.it

www.specialtacticalsystem.com

Docenti: Direttore Tecnico S.T.S.:

M° Alessio Baccaro

Maestro di Arti Marziali,
Sistemi di Difesa e Combattimento

Letizia Malagoli

Collab. S.T.S. Personal Defence

Il corso si articola in 4 lezioni di 3 ore ciascuna per un totale di 12 ore.
Si terrà presso la Palestra **TAIJI KASE**, via Bolzano 37, Modena, dalle ore 15,00 alle ore 18,00 nei seguenti sabati:

SABATO 14 NOVEMBRE 2009,
SABATO 21 NOVEMBRE p.v.,
SABATO 28 NOVEMBRE p.v.,
SABATO 5 DICEMBRE p.v..

In alcuni di questi incontri, interverrà anche il

M° Roberto Baccaro c.n.8 Dan

Maestro di Arti Marziali Multidisciplinari, Doki Kanku Oio, Karate, Kung Fu, Kobudo, Tai Chi, Hata Yoga - Doky Yoga, Qigong, Ni gong.

Ogni lezione prevede una 1^ parte TEORICA di *Analisi* delle varie *Situazioni di Aggressioni*, basate su statistiche e documenti, discussione e relativa difesa con l' ausilio di dispense e audiovisivi. Verranno inoltre trattati argomenti quali:

-*Analisi Ambientale;*

-*Analisi del Rischio e delle Minacce;*

-*Percezione e Controllo della paura con esercizi per la gestione dello stress e delle emozioni in situazioni di pericolo estremo;*

-*Tattica e Strategia del Confronto (Scontro) verbale e Body-Language.*

-*Condizionamento Mentale e Fisico allo scontro ed anche al Close Combat.*

La 2^ parte delle lezioni è invece prettamente pratica e prevede, previo un adeguato riscaldamento, lo studio in coppia delle vere e proprie ***Tecniche di Difesa in piedi, a terra e nelle varie distanze*** (lunga, media e corta distanza) fino ad arrivare al ***Corpo a Corpo*** ed allo studio delle ***Tecniche Anti-Immobilizzazione, Anti-Aggressione e Anti-Stupro.***

La *semplicità* e la *facilità* di esecuzione delle *Tecniche Special Tactical System*, essendo fondate sui *riflessi naturali* del corpo, fanno in modo che tutte le persone possano partecipare al corso indipendentemente dal livello di preparazione e dall'età'.

Unici requisiti richiesti: Età Minima 16 anni e Certificato Penale. Costo dell'intero corso: € 200,00. Iscrizione anticipata entro e non oltre il 12 novembre p.v. con acconto di €50,00; il rimanente importo (€150,00) deve essere versato prima di partecipare alla prima lezione sabato 14 novembre 2009.

Si richiede inoltre Certificato Penale e Certificato Medico da consegnare entro il 21 novembre p.v

Si richiede la massima puntualità.