



## ZANSHIN KARATE CLUB

Con il Patrocinio del comune di Rosate

Organizza

# **INTRODUZIONE ALLA DIFESA PERSONALE**

Prevenire le situazioni a rischio  
Gestire la situazione critica

*Presso la palestra delle scuole medie di Rosate  
Via delle industrie - Rosate (Mi)*

*Da mercoledì 11 novembre  
ore 20,40 - 22,15 tutti i mercoledì del mese*

*A cura dello Staff tecnico dello  
Zanshin Karate Club*

*Aperto a tutta la cittadinanza con  
Ingresso libero e gratuito*

*Info: [giovannibetta@alice.it](mailto:giovannibetta@alice.it) cell.+393381294960*

*N.B. Si consiglia tuta e scarpe da ginnastica.*