

**AUTODIFESA WING CHUN BOXE FILIPPINA lezioni private a domicilio**



**Luogo** **Lombardia, Milano**

<https://www.annunci.it/x-577351-z>



## LEZIONI PRIVATE DI

|Autodifesa| |Wing Chun| |FCS Kali| |Panantukan (Boxe Filippina)|

Desideri sentirti più sicuro/a di te? Offro lezioni private di Wing Chun, FCS Kali, Panantukan e tecniche di autodifesa. È possibile intraprendere un percorso in una, o più arti marziali a scelta tra queste, o optare per un programma più sintetizzato e diretto, volto all'autodifesa da strada con poche e semplici tecniche. Ovviamente, in tutti i casi, è necessaria dedizione, impegno e sacrificio per avere risultati ottimali!

**WING CHUN:** Un'arte marziale cinese concentrata sull'efficienza dei movimenti, il rilassamento muscolare, il condizionamento e l'uso scientifico del corpo. Migliora postura, sensibilità, coordinazione e rapidità di reazione.

FCS KALI: Un sistema filippino con tecniche di coltello, bastone e combattimento corpo a corpo. Apprendi difesa personale versatile e pragmatica. Studiamo drills, disarmi, footwork in modo metodico e preciso.

PANANTUKAN: Un'arte di combattimento filippina che si focalizza sul COMBATTIMENTO A MANI NUDE, ma anche su tutto il resto del corpo e la sua filosofia richiama molto il concetto "ROMPI IL DENTE AL SERPENTE": molti attacchi sono infatti rivolti alle braccia e alle gambe dell'avversario in modo da renderlo così incapace di sferrare attacchi. Migliora la tua abilità di difesa ravvicinata.



**AUTODIFESA WING CHUN**  
BOXE FILIPPINA lezioni private a domicilio



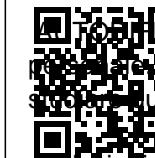
**AUTODIFESA WING CHUN**  
**BOXE FILIPPINA** lezioni  
private a domicilio



**AUTODIFESA WING CHUN  
BOXE FLIPPINA lezioni  
private a domicilio**



AUTODIFESA WING CHUN  
BOXE FILIPPINA lezioni private a domicilio



**BOLETTINA**  
**privata**  
controllo a  
sull'utilizzo  
costante  
cancicci.it/x-577351-  
domicilio



**FEMMINILE**  
per persone  
gettocomuni-  
<https://www.wannunciati.it/x-577351->  
Z  
private  
BUONE  
RETTINA  
a  
domicilio  
lezione



<https://www.mnncizi.it/x-577351->



<https://www.werunannunci.it/x-577351-domicilio>



<https://www.wanannunci.it/x-577351-2>



<https://www.annunci.it/x-577351->

---

Ogni programma è personalizzato: i corsi sono adattati alle tue esigenze specifiche, sia che tu cerchi autodifesa, esercizio fisico o sviluppo personale.

Prendi il Controllo della Tua Sicurezza Personale! Contattami ora per pianificare la tua prima lezione.

Se le distanze o altri motivi non rendono possibile il vedersi di persona, offre la possibilità di allenarci anche online (su zoom), e svolgendo lezioni di

STRETCHING

Preparazione marziale

Altri tipi di consulenza inerenti al fitness e all'autodifesa

Luogo e orario flessibili disponibili.

Contattami oggi stesso!!

ISTR GJ Chiudi