

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO (30 EUR)

Luogo **Lombardia, Milano**
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>



Sono insegnante certificato e qualificato Master Academy e ACSI dal 2022 con 6 anni di praticantato alle spalle. Mi occupo della difesa personale dai 5 anni in su, ovviamente secondo metodologie diverse.

Le lezioni non avranno un andamento schematico ma saranno molto varie tra di loro, in maniera tale da approcciare subito alle varie distanze da combattimento che devono essere lavorate.

Si comincia con esercizi di sensibilità, passando dalla tecnica e la sua applicazione, fino ad arrivare ad uno sparring leggero in cui verificare mano mano le conoscenze acquisite.

Lavoreremo con alcune armi basiche dell'Escrima filippino.

Il luogo delle lezioni potrà essere, a discrezione del praticante, un posto di sua conoscenza o la palestra nella quale svolgo giornalmente i miei corsi.

Le lezioni sono rivolte a persone dai 11 anni in su. Vi chiederò un incontro preliminare gratuito in cui fare due chiacchiere sulle vostre esperienze sportive e l'eventualità di infortuni per poi lavorare insieme nella prima lezione, al termine della quale capiremo insieme se iniziare questo percorso.

Mi trovate anche presso Dunamis Milano Loreto e Dunamis Milano Darsena.

Disponibilità per gruppi (grandi o piccoli) e pacchetti lezioni

Tel: 3491157984

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>

DIFESA PERSONALE A MILANO TRAMITE IL JEET KUNE DO
<https://www.annuncici.it/x-619023-z>