

# CORSO DIFESA PERSONALE-KRAV MAGA

**PRENOTAZIONI**

APP Sport Center Parma    
 SITO [www.sportcenterparma.it/areapersonale](http://www.sportcenterparma.it/areapersonale)

## DAL 1 APRILE AL 25 MAGGIO 2025

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
					10:00 - 11:00 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>1</sup>
				18:20 - 19:20 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>2</sup>	
	19:10-20:10 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>1</sup>				
	20:15-21:15 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>2</sup>				

<sup>1</sup> Livello: per chi desidera imparare le tecniche di difesa personale indipendentemente dalla preparazione fisica e dalle precedenti esperienze sportive

<sup>2</sup> Livello: per chi ha seguito il 1° livello

 Le lezioni perse non possono essere recuperate. Le lezioni sono a frequenza di una volta a settimana

# CORSO DIFESA PERSONALE-KRAV MAGA

**PRENOTAZIONI**

APP Sport Center Parma    
 SITO [www.sportcenterparma.it/areapersonale](http://www.sportcenterparma.it/areapersonale)

## DAL 3 GIUGNO AL 26 LUGLIO 2025

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
					10:00 - 11:00 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>1</sup>
				18:20 - 19:20 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>2</sup>	
	19:10-20:10 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>1</sup>				
			20:00-21:00 DIFESA PERSONALE Pietro <sup>3</sup>		

<sup>1</sup> Livello: per chi desidera imparare le tecniche di difesa personale indipendentemente dalla preparazione fisica e dalle precedenti esperienze sportive

<sup>2</sup> Livello: per chi ha seguito il 1° livello    <sup>3</sup> Livello: per chi ha seguito il 2° livello

 Le lezioni perse non possono essere recuperate. Le lezioni sono a frequenza di una volta a settimana