

STAGE URBANO

3 ORE PER IMPARARE A MUOVERSI IN SICUREZZA

 **23 MAGGIO 2026**
ORE 14:30

 **PONTE SAN PIETRO**
Palestra Scuole Elementari
Via Verdi

 **CON SERGENTE SIERRA**
Consulente **Overcome**
e **ASD Difesa Sicura**

 **ISCRIVITI ORA**
 difesasicura@gmail.com

 **DIFESA SICURA**
CONSAPEVOLEZZA
PREVENZIONE
AUTOPROTEZIONE

 **CONOSCERE**
OSSERVARE
VALUTARE

 **MUOVERSI**
DECIDERE
AGIRE

NON SI TRATTA DI FORZA. SI TRATTA DI **ESSERE PRONTI.**

SAI COS'È LA DIFESA URBANA?

SAPRESTI SOPRAVVIVERE IN UN AMBIENTE URBANO?

 **23 MAGGIO 2026**

 **ORE 14:30**

 **PONTE SAN PIETRO**
Palestra Scuole Elementari - Via Verdi

 **STAGE DI 3 ORE**
Teoria • Pratica • Consigli operativi

URBAN SURVIVOR

IMPARA. **PREPARATI.** PROTEGGITI.

 difesasicura@gmail.com


WWW.EVISICUDI-KRAVMAGA.NET


CITTÀ DI
PONTE SAN PIETRO


DIFESA SICURA
ASSOCIAZIONE CENTRI
SPORTIVI ITALIANI


ASSOCIAZIONE CENTRI
SPORTIVI ITALIANI
BERGAMO

CON SERGENTE SIERRA
Consulente **Overcome**
e ASD Difesa Sicura