

## **CONOSCERE LA "DIFESA PERSONALE"** **Approccio alla disciplina**

Presso il Liceo Scientifico "A.AVOGADRO" di Vercelli, sono state proposte alcune lezioni di *DIFESA PERSONALE*. L'iniziativa è stata realizzata grazie alla collaborazione con l'Istruttore Tecnico Nazionale Michele Giovanditto, che ha permesso agli studenti di alcune classi, di avvicinarsi a questa particolare disciplina.

Ragazze e ragazzi, dopo aver ricevuto le informazioni base, si sono cimentati in alcune situazioni che simulavano "aggressioni" o "colluttazioni" e hanno messo in pratica "prese", colpi" e "tecniche" utili alla propria autodifesa.

Il Liceo ringrazia l'Istruttore e il suo aiutante Lorenzo Giovanditto, per la disponibilità e l'opportunità offerte, auspicando di poter ripetere l'iniziativa nel corso del prossimo a.s.

Gli studenti interessati a proseguire e approfondire la conoscenza di questa disciplina potranno rivolgersi all'Istruttore presso la Palestra "NEW FORM" di Livorno Ferraris.

La Redazione del Liceo Scientifico



