

29-30 MARZO 2025

Mattina: 9:30 AM - 12:30 AM

Pomeriggio: 4:30 PM - 7:30 PM

Pallone Tenzostatico -

Viale Don Minzoni angolo via Ticino
Bresso (MI)

**"COME SUPERARE
IL DOLORE E LA
PAURA,
APPLICANDO
TECNICA E
FILOSOFIA"**



Per maggiori informazioni e
per confermare la vostra
presenza, vi preghiamo di
contattarci via e-mail:

askr.semmondojo@gmail.com

SEMINARIO DI DIFESA PERSONALE

INGRESSO: GRATUITO!



Mattina: Sessioni di autodifesa aperte a **tutta la popolazione**, dove chiunque (dal principiante ai praticanti più esperti) potranno provare le tecniche proposte, divertirsi, fare nuove amicizie e crescere attraverso un programma ben definito.

Pomeriggio: Sessioni di allenamento avanzato aperte **esclusivamente ai praticanti di Shorinji Kempo** in tutto il mondo.

Per chi fosse interessato, sarà possibile **organizzare** insieme pranzo e cena di gruppo per rafforzare il senso di comunità.

Contattaci per maggiori **dettagli!**

Non perdere l'occasione di vivere un evento **incredibile e unico!**

In collaborazione con:



Città di Bresso



I K A

**SENSEI
GIUSEPPE CUCINOTTA**