



A.S.D. GRUPPO SPORTIVO SILENZIOSI REGGIO EMILIA

Via della Racchetta, 3 - 42121 Reggio Emilia

Tel.: 0522 434933 – Fax: 0522 455560

C.F. 91026110352 - P.IVA 02310950353

www.gssreggioemilia.it - e-mail: gssreggioemilia@alice.it

CORSO DI DIFESA PERSONALE

La Judokai Miyamoto Musashi ASD, in collaborazione con il GSS Reggio Emilia, propone attraverso il proprio insegnante abilitato, il m° Lanzoni Mirco (sordo) un corso di autodifesa specifico per sordi.

Il periodo consta di una seduta alla settimana, iniziando lunedì 20 settembre 2010 dalle ore 21,30 alle ore 22,30.

La sede di pratica è in Via Mogadiscio 1 (laterale di Via Agosti, vicino ai campi della Reggiana Calcio ed il costo per il 1° livello di corso sarà di 70 €. sia per soci e non soci GSS Reggio Emilia per un periodo 3 mesi. In caso di assenza la quota non sarà rimborsata.

Il corso avrà inizio con un minimo di 10 persone iscritte.

Le prime due sedute saranno gratuite per chiunque voglia provare prima di iscriversi.

Le sedute saranno progettate appositamente per i sordi con un metodo molto dolce e con dispense scritte per le parti difficili da visualizzare.

Il M° Lanzoni Mirco è l'unico abilitato all'insegnamento in provincia del MGA (l'unico metodo legale e vero di autodifesa), è cintura nera 5° dan di Judo e 2° dan di Jujitsu, allievo del fondatore della Miyamoto Musashi, il compianto Maestro Bondavalli Iseo, esperto di Difesa Personale fin dal 1974.

COSA VUOL DIRE: MGA

MGA è l'acronimo di METODO GLOBALE DI AUTODIFESA, tale metodo è stato elaborato dalla FIJLKAM integrando tecniche provenienti da diverse discipline di combattimento ed utilizzando quelle più pratiche ed adatte alla difesa personale, è stato approntato un sistema di rapido apprendimento facile, pratico ed efficace, rivolto a chi, per motivazioni diverse, sente l'esigenza d'incrementare la capacità di difendersi in caso di aggressione.

Il corso rispetta completamente quelle che devono essere le caratteristiche fondamentali necessarie in questo ambito: un profilo realistico, privo di facili quanto pericolose forme di esaltazione.

L'obiettivo, oltre a quello di fornire le necessarie conoscenze di tipo tecnico, è indurre la capacità di poter avere un approccio equilibrato in caso di aggressione che consenta di affrontare meglio, eventuali spiacevoli situazioni.

Non richiedendo delle particolari doti atletiche è adatto a tutti (quindi anche alle donne ed anziani) e aspetto non trascurabile, risulta anche un valido mezzo per svolgere attività fisica.

Coerentemente alle caratteristiche di completezza il corso affronterà anche le argomentazioni di tipo psicologico e giuridico relative alla difesa personale.

A confermare la validità del sistema è stata scelta da parte del Ministero competente di utilizzare MGA per l'addestramento delle guardie penitenziarie.



