

DEFENSA PERSONAL FEMENINA



Ventajas con la TD

Miércoles

De 19,00 h. a 21,00 h

Duración: 5 sesiones
16, 23 y 30 de octubre
6 y 13 de noviembre

Instalación: Pista Polideportiva Pabellón Polideportivo de la U.C.

Profesorado: Miguel Ángel Minchero

Nº de plazas: 20

Adquirir unos conocimientos mínimos para la autodefensa efectiva, destinado a las características especiales de las mujeres, y a que sean conscientes de la cantidad de recursos de autodefensa que tienen a su alcance.

Facilitar herramientas psicológicas para controlar el estrés y el miedo y adquirir conciencia y confianza en sí mismas.

PRECIOS: (5 sesiones)

TD: 5.00 €

ST: 7.00 €

PNU: 10.00 €

(TD: Universidad con Tarjeta Deportiva; ST: Universidad Sin Tarjeta Deportiva; PNU: No Universidad)

Actividad subvencionada por el Vicerrectorado de Cultura y Participación Social a través del Área de Igualdad, Conciliación y Responsabilidad Social.

Prioridad de inscripción para personas pertenecientes a la Com. Universitaria UC, desde el día 23/9
Las personas ajenas a la Com. Universitaria UC se podrán inscribir a partir del día 30/9

INSCRIPCIONES: POR INTERNET: - Personas Comunidad Universitaria: web.unican.es/unidades/deportes/autoservicios

- **Personas No Universidad:** www.deportes.unican.es/inu

SECRETARÍA DEL PABELLÓN DEPORTIVO: De L a V de 9h a 14h (telf.: 942201881)