

## Corsi difesa personale - C.S.A. Bologna

L'associazione C.S.A. - Centro Studi Autodifesa, crea e sviluppa i propri corsi di difesa personale al fine di permettere ad ogni uomo o donna, di qualsiasi età, l'apprendimento di tecniche necessarie alla salvaguardia della propria incolumità personale.

La cronaca quotidiana riporta troppo spesso casi di aggressioni violente, rapine o stupri ai danni di "persone indifese"; una buona disciplina marziale seguita dalla velocità di reazione e dall'istinto di sopravvivenza può fare la differenza in situazioni di reale pericolo.

Il potenziale avversario viene studiato da un punto di vista oggettivo (tecniche di combattimento ai fini della sopravvivenza da utilizzare solo in caso di estrema necessità) e ogni allievo che desideri apprendere "l'arte della difesa personale" dovrà innanzitutto imparare a rimanere calmo e distaccato dalle offese verbali in qualsiasi situazione di confronto diretto. Dovrà quindi calcolare tutte le possibili vie d'uscita per evitare il combattimento.

Le arti marziali affrontate nel programma di allenamenti del C.S.A. sono varie, ogni allievo dopo aver assimilato le tecniche fondamentali degli stili studiati capirà da solo quali sono quelle per lui più idonee e adatterà con l'aiuto degli istruttori, alle sue esigenze i segreti del JEET KUNE DO, WING CHUN, KALI ESCRIMA, CHIN-NA...

Nel C.S.A. il concetto dell'autodifesa si sposa con la passione per le arti marziali come filosofia di vita ed esempio di rispetto verso il prossimo.

Il corso di difesa personale organizzato dal C.S.A. prevede sessioni di allenamenti annuali standard da settembre a giugno.