

Defensa personal para mujeres

taller

El objetivo de esta taller es desarrollar un sistema sencillo de autodefensa, que nos permita enfrentar situaciones de miedo, pánico y violencia, dejando de ser víctimas.

Miércoles de 20 a 21 horas

Duración: 3 meses

Precio: 20 € mes

Monitor: Miguel Montes

