



ASSOCIAZIONE
ITALIANA
DIFESA
A.S.D.



METODO MAS[©]

PREVENZIONE E GESTIONE DELLE SITUAZIONI CRITICHE

- **DIFESA PERSONALE**
- **GESTIONE DELLA PAURA E DELLO STRESS**
- **ANALISI DELLO SCENARIO**

Corso full immersion
LIVELLO BASE

Weekend 2-3 Marzo 2019
Sabato ore 15:30-18:30
Domenica ore 9:30-13:30

presso il centro sportivo "AQUANIENE THE SPORT CLUB"
Viale della Moschea, 130 - ROMA

Info: Alessandro Consoli (Senior Instructor) mob. 339 525 3058

www.masterymas.com
www.facebook.com/associazioneitalianadifesa