

Wilding, l'autodifesa istintiva, i CITY ANGELS organizzano corsi gratuiti

Scritto da redazione

Giovedì 12 Settembre 2019 11:49



Un corso di difesa personale gratuito e aperto a tutti, organizzato dai Municipi 1,2,3, 4, 5, 7 e 9 di Milano e dal Comune di Monza. E tenuto da uno che conosce molto bene la materia: Mario Furlan, fondatore dei City Angels e creatore del Wilding, l'autodifesa istintiva.

"Il Wilding è una difesa personale diversa dalle altre perché non si concentra su tecniche da memorizzare, bensì su principi da interiorizzare" spiega Furlan. E aggiunge: "Il Wilding è la difesa personale che risveglia il tuo istinto di sopravvivenza. E si basa sulle 2P: psicologia e prevenzione".

Il Wilding è per questo l'autodifesa che imparano i City Angels nel loro corso di formazione.

Il corso di difesa personale organizzato e patrocinato da 7 Municipi di Milano e dal Comune di Monza si svolgerà con le seguenti modalità:

Sabato 21 settembre

- dalle 15 alle 17, Municipio 2: Giardino Cassina de Pomm, ingresso da via Melchiorre Gioia

Wilding, l'autodifesa istintiva, i CITY ANGELS organizzano corsi gratuiti

Scritto da redazione

Giovedì 12 Settembre 2019 11:49

- dalle 17 alle 19, Municipio 9: Piazza Gae Aulenti, davanti alla Libreria Feltrinelli
Domenica 22 settembre
- dalle 10 alle 12, Municipio 7: Piazza Axum, giardini Helenio Herrera
- dalle 16 alle 18: Monza, Piazza Cambiaghi, presso la sede dei City Angels
Domenica 29 settembre
- dalle 10 alle 12, Municipio 5: Parco Chiesa Rossa, via San Domenico Savio
- dalle 16 alle 18, Municipio 5: Parco Alessandrini, Via Varsavia, Cascina Colombé
Sabato 5 ottobre
- dalle 15 alle 17, Municipio 3: Giardini di Piazzale Gobetti
Domenica 6 ottobre
- dalle 10 alle 12, Giardini Montanelli, ingresso da Piazza Cavour

Gli incontri si svolgono all'aperto, per il massimo realismo, e con gli abiti che si indossano tutti i giorni. "Vanno bene anche le scarpe con il tacco e la giacca e cravatta, perché dobbiamo saperci difendere vestiti così come siamo in quel momento" spiega Furlan.

Questo è il terzo anno che si svolgono i corsi di Wilding organizzati dalle Istituzioni. Due anni fa hanno preso il via in un solo municipio milanese, il due, grazie al Presidente della Commissione Sicurezza, Riccardo Truppo; l'anno scorso hanno coinvolto anche il Municipio 9 tramite l'impegno del Presidente della Commissione Commercio, Turismo e Bilancio, Enrico Turato. E questo autunno, visto il successo delle ultime due edizioni, il boom: da due a otto incontri.

"Mi aspetto che anche quest'anno partecipino molte donne, persone sopra i 40 anni e ragazzini" dice Furlan. Perché "il Wilding è più mentale che fisico, pertanto è l'ideale per chi, pur non essendo particolarmente fisicato, vuole comunque un metodo efficace per difendersi". Lavorando sulla psiche, il Wilding aiuta inoltre ad acquisire sicurezza, autostima, assertività e consapevolezza.

Per partecipare basta scrivere a info@wildingdefense.com. Sarà anche un'occasione per conoscere la realtà filantropica dei City Angels, che a fine ottobre iniziano un nuovo corso di formazione. Del quale, ovviamente, la difesa personale istintiva è parte integrante.

Redazione