



I City Angels organizzano corsi gratuiti con tutti i Municipi di Milano e con il Comune di Monza

Un corso di difesa personale gratuito e aperto a tutti, organizzato e patrocinato da tutti i 9 Municipi 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 e psicofisica.

"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. Ed è anche l'autodifesa ideale in tempi di Covid-19, visto che si basa molto più sull'aspetto mentale e comportamentale che sul contatto fisico.

Il corso di difesa personale è interattivo, dura circa 90 minuti e verrà ripetuto in ciascuno dei Municipi. Sarà divertente: ci si improvviserà borseggiatori, scippatori e bulli, per calarsi nella mente del delinquente e per osservare le reazioni delle "vittime". Il corso si svolgerà all'aperto, rispettando il distanziamento, per garantire un'assoluta sicurezza. E con le seguenti modalità:

Sabato 18 settembre

- dalle 15 alle 16,30, Municipio 2: Giardino Cassina de Pomm, ingresso da via Melchiorre Gioia
- dalle 17,30 alle 19, Municipio 9: Piazza Gae Aulenti, davanti alla Libreria Red Feltrinelli

Domenica 19 settembre

- dalle 10 alle 11,30, Municipio 7: Piazza Axum, giardini Helenio Herrera
- dalle 15 alle 16,30, Municipio 8: Giardino dei Giusti, via Cimabue ang. via Isernia
- dalle 17,30 alle 19, Municipio 6: Parco Don Giussani (ex Parco Solari), via Solari ang. via Modestino, davanti a Mood Caffé

Sabato 25 settembre

- dalle 15 alle 16,30, Municipio 4: Giardino pubblico Nervesa, via Nervesa 21
- dalle 17,30 alle 19, Municipio 5: Viale Tibaldi 45, davanti al Consiglio di Zona 5

Domenica 26 settembre

- dalle 11 alle 12,30, Municipio 1: Giardini Montanelli, davanti al monumento a Montanelli
- dalle 15 alle 16,30, Municipio 3: Giardini di Piazzale Gobetti
- dalle 17,30 alle 19: Monza, Piazza Trento e Trieste, davanti al Municipio

Per il massimo realismo, si verrà al corso di autodifesa 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 quinto anno che si svolgono i corsi di Wilding organizzati dai City Angels in collaborazione con le Istituzioni territoriali. Ciascun corso sarà introdotto da un rappresentante istituzionale (Presidente o Assessore del Municipio, e Assessore comunale a Monza). "Mi aspetto che anche quest'anno partecipino molte donne, persone sopra i 40 anni e ragazzini" dice Mario 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. Ciascun corso è a numero chiuso (massimo 25 persone).

Sarà anche l'occasione per conoscere la realtà filantropica dei City Angels, che in ottobre iniziano a Milano un nuovo corso di formazione. Del quale, ovviamente, la difesa personale istintiva è parte integrante.

Redazione