

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

CORSI PER LA DIFESA PERSONALE DELLA DONNA

Redazione · Friday, September 14th, 2012

 **Luciano Peritore, responsabile tecnico del Krav Maga Center-Lignano**

A Settembre riparte il corso di difesa personale (KRAV MAGA) a Legnano alla palestra HealthCity (www.Healthcity.it) di Via Wagner, 18 tenuto dall'istruttore Luciano Peritore, responsabile tecnico del Krav Maga Center-Lignano.

Il Krav Maga è considerato il sistema di difesa personale per eccellenza ed è molto in voga negli ultimi tempi, si sta diffondendo in maniera capillare in tutte le palestre italiane, a Luciano Peritore chiediamo di parlarci brevemente di questo famoso sistema.

"Il Krav Maga – spiega Peritore – è un metodo finalizzato alla pura sopravvivenza, ha origini israeliane ed è stato codificato in ambito militare. E' stato per decenni riservato ai soli corpi speciali militari e solamente negli ultimi anni è stato diffuso anche ai civili, in Italia è stato introdotto solamente alla fine degli anni novanta. E' un metodo concepito per sopravvivere a situazioni estreme militari o comunque stradali, dinamiche in cui l'aggressore non è uno sportivo ma un nemico addestrato ad uccidere(in ambito militare), oppure un criminale o uno psicopatico(in ambito civile), situazioni in cui si arriva a rischiare la vita! Per tutti gli altri tipi di dinamiche-aggressori non serve il Krav Maga ma basta un minimo di buon senso e razionalità...".

Si sente spesso parlare di Krav Maga per civili, per le forze dell'ordine, per sole donne... cosa cambia nei diversi casi?

"In realtà – afferma l'istruttore – proprio niente! il Krav Maga è un mix perfetto di psicologia-tecnica-dinamica, e questo vale per chiunque lo pratichi, a prescindere che esso sia un civile, un operatore della pubblica sicurezza, di sesso maschile, femminile... non esistono tecniche magiche che valgono solo per una categoria di allievi o solo per un'altra, cosa ne pensa? Si può parlare invece di formazione intensiva e temporanea per un particolare gruppo di allievi, qui le cose cambiano perché c'è un'esigenza particolare, ad es. se una squadra antisommossa ha bisogno di addestrarsi in un mese di tempo approfondendo dinamiche caratteristiche del loro tipo di lavoro si offre un corso studiato ad hoc, ma questo non vuol dire insegnare un krav maga diverso, ma offrire un tipo di addestramento diverso, fatto su misura "come un abito", ma la materia prima usata è sempre la stessa!".

Il Krav Maga Center-Lignano che tipo di formazione offre?

"Offriamo un corso annuale rivolto ad ambo i sessi, civili e non – illustra ancora Peritore- gli allievi hanno modo di studiare ed allenarsi su tutto il programma, le lezioni sono cicliche, quindi si può iniziare quando si vuole perché gli argomenti si ripetono tutto l'anno. Organizzeremo da ottobre degli stage facoltativi monotematici di mezza giornata o giornata intera nei week end per dare modo agli allievi di approfondire particolari argomenti-dinamiche. In più grazie alla collaborazione ed al contributo di alcuni imprenditori locali quest'anno offriremo un secondo corso di DIFESA PERSONALE FEMMINILE di 4 domeniche gratuito, ed uno RISERVATO ALLE FORZE DELL'ORDINE di 5 domeniche anch'esso gratuito. Tutti i i dettagli in www.kravmaga-legnano.it".

☒ Anche quest'anno l'azienda di costruzioni edili legnanese EDIL.SAE si è impegnata in prima persona affinché si possa replicare un corso gratuito per le donne di Legnano e dei paesi limitrofi, inoltre quest'anno ha permesso la realizzazione di un ulteriore corso riservato a tutti gli operatori delle forze dell'ordine delle caserme di Legnano e di altre 15 caserme dei paesi limitrofi, compreso l'aeroporto di Malpensa. Chiediamo ad uno dei titolari dell'azienda, Nicola Seguino (**nella foto**) che progetti ha per questa stagione.

"Si può sicuramente parlare di un progetto in crescendo- afferma Seguino – progetto al quale stiamo dedicando particolare attenzione con l'obiettivo ultimo di fornire ai nostri concittadini e non, un corso volto all'acquisizione di maggior sicurezza ed alla neutralizzazione di ogni forma di violenza nei confronti del gentil sesso e non solo. Intendo assolutamente continuare a contribuire attivamente a questa iniziativa perché dà un apporto alla crescita della cultura del rispetto che a mio avviso è alla base di una convivenza comune e pertanto invito tutti voi a parteciparvi per poter testare il valore aggiunto che questo corso ha da offrirvi".

Chiediamo un parere alla manager della palestra HealthCity di Legnano Fedra Buttafarro, la quale ha deciso di puntare sul Krav Maga e di inserire questa disciplina nel programma corsi della struttura da lei gestita: "E' un metodo che mi affascina molto – ci confida Fedra – poichè estremamente tecnico ma, come già detto da Luciano, adatto a chiunque. E' da diverso tempo che cerco di inserire questa disciplina nel mio programma, quindi sono estremamente soddisfatta di poter affermare che il Krav Maga si inserisce oggi pienamente nell'ampia offerta di corsi di gruppo che si possono praticare qui al club HealthCity di Legnano. Colgo l'occasione per ricordare che offriamo una vasta gamma di servizi tra cui: allenamento one to one con personal trainer qualificati, attrezzi e macchinari technogym sempre all'avanguardia... tutto questo in un ambiente luminoso, curato e ricco di eventi ogni mese diversi.

"Il Krav Maga – conclude Peritore – serve ad affrontare in maniera vincente “situazioni anomale” che ci si possono presentare nel quotidiano, fornisce soluzioni estremamente efficaci e sicure. Se incuriosisce l'idea di provare un metodo “estremamente efficace” che può aiutare ad acquisire maggiore “Sicurezza” ed “Autostima” invitiamo gli interessati agli stages di presentazione dei corsi: KRAV MAGA “CORSO DIFESA DONNA” Sabato 15 settembre alle 14 mentre per KRAV MAGA “CORSO MISTO” Sabato 29 settembre sempre alle 14 alla palestra HEALTHCITY di via Wagner 18, Legnano. Ai fini organizzativi è necessario comunicare la propria presenza allo 0331.400855 – 345.9285567 oppure via email tramite il sito www.kravmaga-legnano.it".

This entry was posted on Friday, September 14th, 2012 at 5:47 pm and is filed under [Legnano](#), [Sport](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

