



Buongiorno,  
ti ringraziamo per aver contattato **ARES** Defence.  
Di seguito una descrittiva:

**ARES Course:** Corso di Difesa Personale Femminile patrocinato dal Comune di Carimate (Co) e con la collaborazione di Carimate Insieme;

**Luoghi:** -Corso Pratico: presso la Palestra dell'Oratorio San Luigi in Via per Subinago,1-22060-Carimate (Co)  
-Conferenza: presso Salone Convegni "Il Torchio"- 22060-Carimate (Co)

**Date:** Venerdì 25 Maggio 2018; – Corso Pratico;  
Venerdì 01 Giugno 2018; – Corso Pratico;  
Venerdì 08 Giugno 2018; – Corso Pratico;  
Venerdì 15 Giugno 2018; – Conferenza;  
Venerdì 22 Giugno 2018; – Corso Pratico;  
Venerdì 29 Giugno 2018; – Corso Pratico;

**Durata:** Tutte le Lezioni e la Conferenza avranno una durata di numero due ore;  
Dalle ore **20:30** alle ore **22:30**;

**Ritrovo:** Corso Pratico alle ore **20.00**  
presso la Palestra dell'Oratorio San Luigi in Via per Subinago,1- 22060 -Carimate (Co)  
[Clicca qui per vedere i dettagli del ritrovo](#)

**Ritrovo:** Conferenza alle ore **20.15** presso  
Salone Convegni "Il Torchio" – 22060 - Carimate (Co)

**A chi è rivolto il corso:** A tutte le Donne interessate. L'età minima per accedere al corso è 13 anni. Le minorenni dovranno essere obbligatoriamente accompagnate.

**Descrizione:** Quante volte sui giornali troviamo notizie di cronaca nera che riportano fatti di violenza a scapito delle donne? Quante volte questi eventi si sono verificati nell'ambito delle mura domestiche e gli artefici sono proprio coloro di cui dovremmo fidarci di più: mariti, compagni, fidanzati o padri? E quante altre volte si legge di aggressioni sessuali a donne che si trovavano fuori con gli amici, sui mezzi pubblici o a correre in un parco? Purtroppo, la violenza sulle donne esiste ed è più diffusa di quanto si pensi: nonostante se ne parli spesso alla televisione e sui giornali quello che ci viene riferito è solo una piccola parte del dramma. Molti atti di violenza sia fisica che sessuale non vengono mai denunciati, vuoi per la condanna sociale, la paura o l'ignoranza. Il quadro peggiora ancora se si prende in considerazione anche la violenza psicologica.



**Obiettivi:** Il Team ARES Defence cerca di dare il proprio contributo alla lotta contro la violenza sulle donne tramite lo studio, la progettazione e lo sviluppo di un corso di difesa personale femminile che non solo vuole fornire degli strumenti fisici, ma anche quelli psicologici e d'informazione legale che aiutino donne di tutte le età a far fronte alle situazioni di pericolo.

**Abbigliamento:** Per chi desidera partecipare consigliamo di presentarsi con un abbigliamento consono ad attività fisica come una tuta e scarpe da tennis.

**Costo del corso:** 50,00 €\*

[\* Il costo del corso è di € 50,00 per le Donne residenti nel Comune di Carimate. Da oggi e fino al 18 maggio la prelazione riservata alle Residenti. Dal 18 al 24 maggio iscrizioni aperte a Tutte le Donne fino al raggiungimento del numero massimo di partecipanti.

Il contributo richiesto, invece, per l'iscrizione alle Donne residenti nei Comuni diversi sarà di € 80,00]

**Per prenotarsi occorre rinviarci, compilato e firmato, il modulo che trovi allegato alla presente mail ed effettuare un bonifico bancario alle seguenti coordinate:**

**IBAN:** IT87 A056 9622 9000 0000 4580 X61

**Filiale:** 022 LECCO

**BIC/SWIFT:** POSOIT22LEC

**BIC/SWIFT SEDE:** POSOIT22

**Intestato a:** ARES a.s.d.

Banca popolare di Sondrio

**Importo:** 50,00 €

Indica nella causale del versamento solamente il tuo nome e cognome

**Ricordiamo che la prenotazione sarà registrata solo dietro versamento della quota di partecipazione.**

Confermato il versamento e la compilazione del modulo di iscrizione riceverete una mail di conferma.

Rimaniamo a completa disposizione per ulteriori informazioni, ci siamo quasi!!!

Buona continuazione,

Segreteria **ARES** Defence

Settore Difesa Personale Femminile

[www.aresdefence.it](http://www.aresdefence.it)

Documento riservato a termini di legge, divieto di riproduzione e divulgazione senza esplicita autorizzazione.

ARES a.s.d.  
Via Alessandro Tadino, 52  
20124 - Milano

Cod.Fisc. 9207095013  
P.IVA 03537070132

UNGM 377208  
NATO CAGE AM690

**ARESDEFENCE.IT**  
[info@AresDefence.it](mailto:info@AresDefence.it)