

1° EVENTO FORMATIVO F.I.Wu.K.
Centro Olimpico Matteo Pellicone - Ostia Lido Roma 27 febbraio - 1° marzo 2026

PROGRAMMA

venerdì 27 febbraio

- ore 13,00/14,00 – accredito e accoglienza partecipanti - locali antistanti aula magna;
- ore 14,00/14,30 – presentazione corso – aula magna
- ore 14,30/16,30 – materie giuridiche riguardanti la Legittima Difesa – aula magna
- ore 17,00/19,30 – Difesa Personale MGA – palestra Judo
- ore 20,00/21,00 – cena

sabato 28 febbraio

mattina:

- ore 8,30/10,30 – Psicologia legata alle situazioni di criticità - comunicazione e gestione dello *stress* – aula magna
- ore 11,00/12,30 – difesa personale MGA – palestra Judo
- ore 13,00/14,00 – pranzo

pomeriggio:

ore 14,30/16,30 – difesa personale MGA – palestra Judo

ore 16,30/17,00 – pausa

ore 17,00/19,30 – difesa personale MGA – palestra Judo

domenica 1 marzo

mattina:

- ore 8,30/11,00 – difesa personale MGA – palestra Judo
- ore 11,00/12,00 – prova finale e chiusura corso