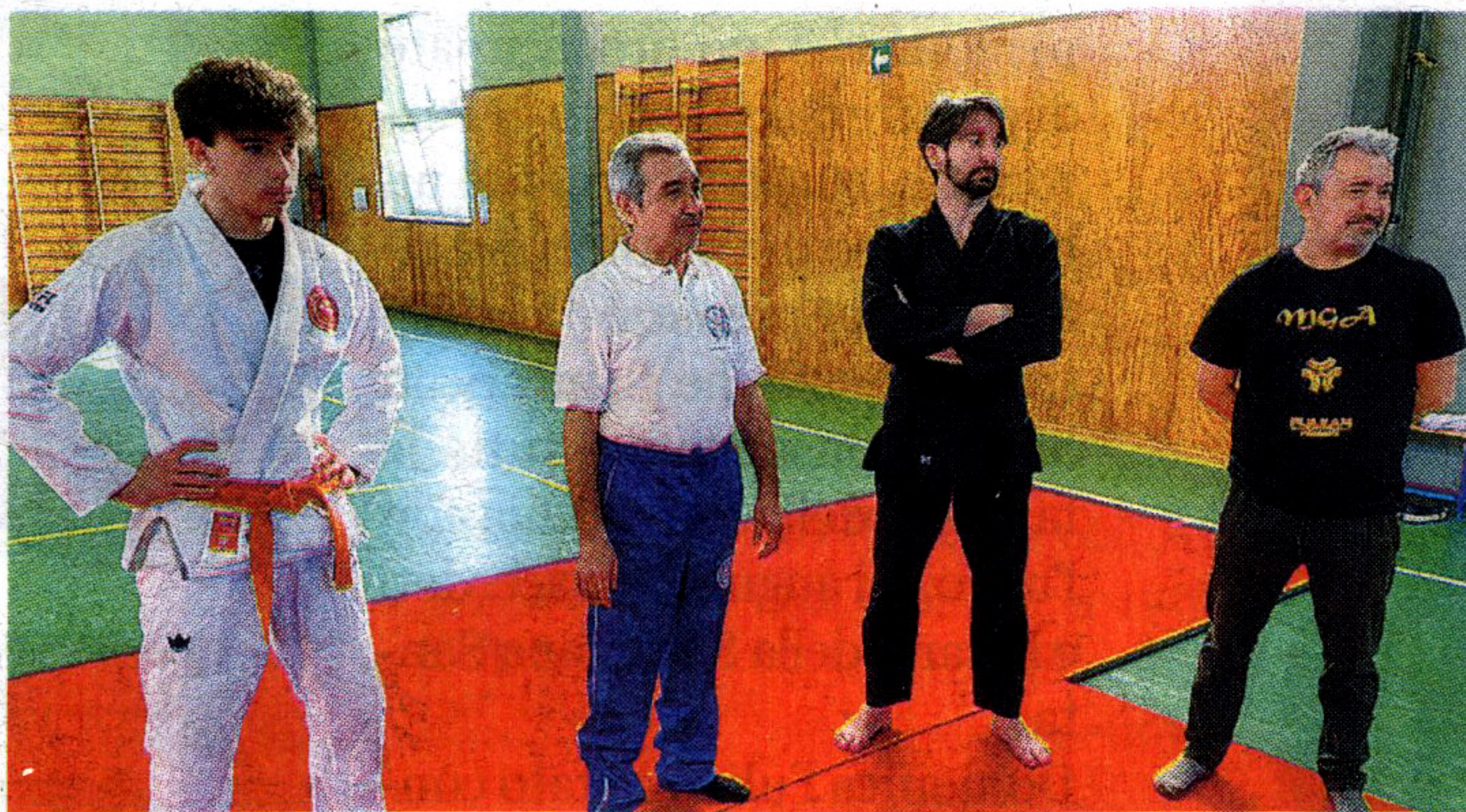


Per gli studenti dell'Omar un corso di legittima difesa



benemerito Martinengo Tiziano, 6 dan Kodokan di judo e arbitro internazionale; il maestro benemerito Luigi Ferrari, 5 dan fijklkam, 1 livello MGA (metodo globale autodifesa) CONI e delegato provinciale CONI per il settore judo e il maestro Carlo Carriola, 7 dan fijklkam di ju jitzu e responsabile tecnico nazionale per

questa specialità, coadiuvato da Giovanni Nicolini, istruttore 2dan di ju jitzu e da Marco Saldi, giovane promessa del ju-jitsu novarese, studente della scuola Ravizza che, vista la giovane età ha fatto da Uke a tutti. Le lezioni pratiche si sono incentrate su tecniche di liberazione da varie prese, comuni negli atti di bullismo tra gio-

vani, assolutamente non violente, finalizzante al raggiungimento del primo obiettivo da perseguire in questi casi, ovvero liberarsi e sottrarsi all'aggressione cercando una via di fuga senza accondiscendere alle provocazioni. Studenti coinvolti e motivati alla partecipazione, soddisfatti dell'interesse gli insegnanti.