

## SOPRAVVIVENZA URBANA

Avventura Team Ticino affronta il tema della sopravvivenza intesa come studio di tecniche e comportamenti da adottare per salvaguardare la propria persona.

Il principio di adattamento all'ambiente, fondamentale in sopravvivenza, si ritrova anche nel campo della difesa personale.

E' importante comprendere che con "ambiente" non si intende necessariamente un bosco o uno spazio verde...anche la città è un ambiente, e presenta insidie proprie.

Essere consapevoli delle eventuali situazioni di pericolo in cui si può incorrere, saperle riconoscere, prevenire, o affrontare in caso di bisogno, significa sopravvivere nella "jungla urbana".

E che si tratti di bosco o di città, l'Ambiente ci offre aiuto per districarci in situazioni di difficoltà.

Consapevolezza, prevenzione e protezione: queste sono le componenti principali della difesa personale che possiamo fare nostre.

Ecco perchè Avventura Team Ticino propone seminari dedicati alla difesa personale avvalendosi della collaborazione di un'istruttrice AKEA (associazione di arti marziali filippine), Istruttrice del metodo "Difesa Donna" - antiaggressione femminile, e membro della Nazionale Italiana di Kali Filippino.

