

Corso Difesa e Protezione Personale : DIFESA SICURA - \_\_\_\_\_

## MODELLO CONOSCITIVO INIZIO CORSO

1. Come ci hai conosciuto ? (Internet, volantini, manifestazioni, amici)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. Hai mai praticato sport da combattimento, arti marziali o difesa personale? Quali?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. Conosci la differenza tra arti marziali e difesa personale? Quale?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. Hai mai subito un tentativo d'aggressione o un atteggiamento violento?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. Cosa ti ha spinto a cercare un corso di difesa personale? (autostima, necessità)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. Cosa ti aspetti di ottenere dal corso di Difesa Sicura? (sicurezza in se stesso, prontezza)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. Sai come il tuo corpo si potrebbe comportare in caso di aggressione reale?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
8. Cosa fai per prevenire un'aggressione? Ci riporti un esempio?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
9. La prima emozione che hai quando un estraneo si avvicina a te con fare minaccioso?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
10. Che cosa pensi che serva per avere una buona difesa ?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Nome e Cognome: \_\_\_\_\_

A.S.D. Difesa Sicura - Krav Maga  
Codice fiscale 93048390160  
Affiliata ACSI registrata CONI