

Defesa Pessoal na Escola Superior de educação de Beja

Realizou-se no Passado dia 13 de Maio na Escola Superior de Beja um Seminário de Defesa Pessoal com o Título, Defesa Pessoal uma Forma de Vida.

O Seminário foi ministrado por dois alunos do Curso de Desporto da ESSE de Beja , Luis Pardal Finalista do Curso de Desporto e Sensei Teófilo Fonseca aluno do 2º ano, contou com uma introdução Teórica sobre Defesa Pessoal com um espaço para perguntas diversas numa das salas da Escola e de Seguida teve uma aula prática no pavilhão da escola que contou com alunos dos 1º , 2º e 3º ano com nº limitado a frequência , obtendo uma boa assistência de outros alunos e de alguns professores da Escola.

O Seminário constou com introdução de técnicas base de ataque, defesa e situações diversas de luta corpo a corpo (Agressões comuns, assaltos....) tendo sido muito positivo por ambas as partes, tendo já ficado acordado outra acção para breve.