



ABBONATI

Menu

Cerca

Notifiche

la Repubblica **50**

ABBONATI



adv



Seguici su Discover

Guardian Girls: al PalaPellicone il seminario di autodifesa femminile aperto a tutte le donne



Il progetto internazionale unisce il karate e la difesa personale per promuovere consapevolezza e contrastare la violenza di genere

05 MARZO 2026 AGGIORNATO 06 MARZO 2026 ALLE 10:38

▶ 1 MINUTI DI LETTURA

f

✕

✉

in

📌

🗨️

Alla vigilia della Premier League di Roma, il PalaPellicone di Ostia ospiterà un appuntamento dal forte valore sociale: il seminario gratuito **Guardian Girls**, progetto internazionale che unisce il karate e la difesa personale per promuovere consapevolezza e contrastare la violenza di genere.

L'iniziativa si svolgerà giovedì 12 marzo, dalle 18 alle 19,30, presso il Centro Olimpico Fijlkam, ed è aperta a tutte le donne. Non c'è necessità di una preparazione fisica specifica o di aver praticato karate o altre arti marziali.

Guardian Girls, l'obiettivo del progetto

Guardian Girls nasce con l'obiettivo di fornire strumenti pratici e psicologici per la tutela personale, attraverso un percorso che mette al centro la consapevolezza, la prevenzione e l'empowerment femminile. Non soltanto tecniche, dunque, ma anche capacità di lettura delle situazioni e fiducia nei propri mezzi, nel solco dei valori educativi delle arti marziali. Il progetto ha assunto negli anni una dimensione internazionale, coinvolgendo numerose federazioni e diventando un segnale concreto dell'impegno del mondo sportivo contro ogni forma di violenza. Lo sport può e deve avere anche una responsabilità sociale e la Federazione conferma la propria attenzione ai valori etici, culturali e sociali oltre che sportivi.

LEGGI I COMMENTI

Sponsor

Sponsor

Primavera '26 – Sicilia, fuori rotta.

Artigianali e Made in Italy.

Velasca



Sudafrica, nello stomaco del cocodrillo gigante resti umani e sei scarpe: la polizia lo abbatte

La Repubblica - Video

Sponsor

The Camden Bag

Disinvoltura urbana, da portare con stile.

#LoveGUESS

Guess

Collezione Premium Fit

Linee pulite e dettagli essenziali: lasciati ispirare dalla collezione e trova il tuo preferito.

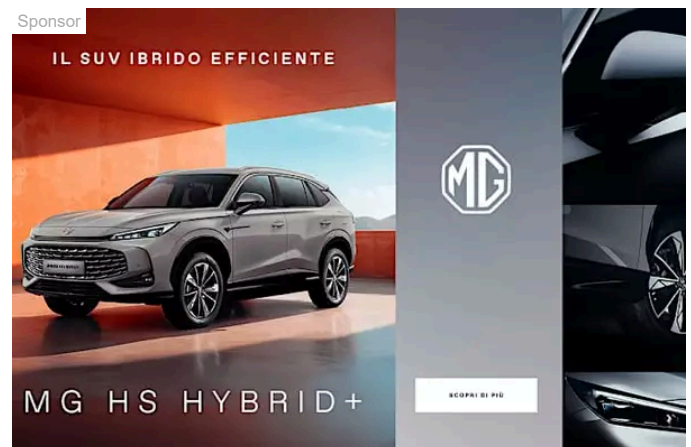
Calzedonia



Califano, ex MasterChef: "Dalla guerra ai visti negati, finalmente rivedrò la mia ragazza iraniana"

La Repubblica - Video

Sponsor



HS Hybrid+

Il SUV ibrido efficiente

MG Motor Italy