



COMPAGNIA DEL POMO E DELLA PUNTA

Le novità da settembre 2016

A quindici anni dalla sua fondazione, l'Associazione mantiene lo stesso fresco entusiasmo del fare.

Si aprono nuovi scenari e orizzonti che vanno ad affiancare la tradizione dei nostri Corsi Regolari di scherma tardomedievale nelle sale d'arme di Bosconero, Grugliasco e Torino. Con lo stesso spirito che ci vide iniziare il 1° gennaio 2001, oggi rafforziamo i nostri settori di intervento e inauguriamo un nuovo settore:



PrestaContraria

Con gli stage di **PrestaContraria** abbiamo negli anni collaborato e proseguiamo con altre Scuole per arricchire il nostro bagaglio tecnico, per conoscere di più, per confrontarci.



Con l'avvio del settore **camminata sportiva**, il *Fitwalking*, efficiente disciplina aerobica per migliorare le nostre capacità respiratorie, di forma e di resistenza psicofisica, abbiamo un ottimo metodo per poterci spostare velocemente sul territorio e per lunghi tratti.

Altresì esiste un nostro esclusivo *metodo*, rimasto in incubazione per lungo tempo. Sottoposto a severi confronti e verifiche sul campo, collaudato in più stage di "PRÆSENTIA", oggi, sulle basi di questo programma, apriamo un nuovo capitolo avviando una nuova attività, un importante e "naturale" sviluppo di quanto già stiamo praticando e studiando:

PRÆSENTIA 
Difendse, ant la stra ...

- PRÆSENTIA "Difendse, ant la stra ..." -

apre il nostro nuovo settore dedicato alla **difesa personale**.

Il settore vedrà una sua collocazione sia sottoforma di seminari distribuiti nell'anno sia come prossimo corso regolare.

Naturalmente lo faremo da *schermidori*, e, nel percorso di addestramento e di pratica, ci addentreremo nel mondo che vede l'utilizzo del bastone a due mani e del bastone da passeggio (Scuola Italia settentrionale/Scuola milanese/Programmi di addestramento militare del XIX e primi anni del XX secolo) e non solo, in una miscellanea di tecniche ora nuove, talora già nostre piuttosto che acquisite nella pratica di altre discipline complementari.

Ad extremos iungere !

I maestri Marco Andreoli e Lorena Quartero.

Asd Compagnia Del Pomo E Della Punta - Affiliata a Uisp Comitato di Torino

Tutte le attività sono rivolte esclusivamente ai soli associati.

NB: i marchi qui rappresentati sono registrati e depositati.

INFO: tel. 347 477 53 47 - pomoepunta@tin.it - www.pomoepunta.it