

Stage di scherma da terreno e duello - da Ufficio stampa il 16/01/2012 : 11:23

Si è svolto sabato scorso il primo stage di Scherma da terreno e duello, organizzato presso Scherma Desio nell'ambito delle iniziative di *cross-training* proposte da Antonio Massimo, che attraverso un percorso multidisciplinare favorisce lo scambio di esperienze tra i praticanti di diverse discipline di combattimento, sia sportive sia orientate alla difesa personale. L'ottima riuscita della giornata si deve all'attenzione del gruppo e dei Maestri, che, dopo una breve introduzione storica e sui fondamentali della disciplina schermistica, si sono confrontati empiricamente su metodi di allenamento ed esercizi comuni che possono giovare alla pratica delle diverse arti marziali.

