



A Not-for-Profit Organization

---

## PRESS RELEASE

Impact Chicago ofrece la ultima novedad en programas de defensa personal los cuales desarrollan aún mas aquella capacidad que las mujeres ya tienen para poder defenderse: el poder de sus caderas y piernas, la habilidad de hacer buenos criterios, usar emociones y usar sus voces fuertes. Los instructores llevan protección gruesa con almohadilla para que así las mujeres puedan desarrollar las técnicas y auto confianza necesaria para dar golpes con toda su fuerza y patadas a sitios vulnerables.

Para mas información, vea [www.IMPACTchicago.org](http://www.IMPACTchicago.org) o llame al 773-338-4545.