



**Magiczny
Kraków**

Rusza kurs samoobrony dla kobiet

2021-07-30

Już 2 września rozpoczynamy kolejny bezpłatny kurs samoobrony dla kobiet. Zajęcia odbywać się będą w każdy czwartek od godziny 18, na sali gimnastycznej znajdującej się na terenie naszej komendy przy ul. Dobrego Pasterza 116.

Zajęcia prowadzić będzie doświadczony instruktor Bohdan Bartnicki, trener techniki i taktyki interwencji. Uczestniczki dowiedzą się m.in. jak zachowywać się w sytuacjach zagrożenia, w jaki sposób prowadzić negocjacje z napastnikiem, czy jak bronić się przed atakiem niebezpiecznym narzędziem.

Zainteresowane Panie prosimy o kontakt mailowy po 23 sierpnia:
bohdan.bartnicki@strazmiejska.krakow.pl.