

Bezpłatny kurs samoobrony dla kobiet

Data dodania: 2007-09-22 00:00:00

Link: <https://leczna.pl/aktualnosci/bezpłatny-kurs-samoobrony-dla-kobiet>

Wzorem lat poprzednich Łęczyńskie Centrum Samoobrony Krav Maga zaprasza wszystkie panie na bezpłatny kurs samoobrony.

Kurs trwał będzie przez cztery kolejne tygodnie - od 25 września do 18 października, we wtorki i czwartki w godzinach 20.00 - 21.15.

ŁCS zaprasza wszystkie panie i dziewczęta niezależnie od wieku i sprawności fizycznej. Program dostosowany do uwarunkowań psychofizycznych kobiety obejmuje techniki samoobrony jak i aspekty psychologii stresu.

Zajęcia prowadzone będą przez głównego instruktora Centrum Roberta Jarszaka.

Źródło: Łęczyńskie Centrum Samoobrony Krav Maga