

Projekt MON "Samoobrona kobiet"

"**Samoobrona kobiet**" to projekt bezpłatnych szkoleń, które będą się odbywały w 30 polskich miastach. Najlepsi wojskowi instruktorzy będą uczyli i pokazywali Polkom, jak doskonalić umiejętności i techniki samoobrony po to, aby w razie niespodziewanego ataku czy znalezienia się w sytuacji zagrażającej osobistemu bezpieczeństwu potrafiły sobie z nimi poradzić. Celem projektu jest popularyzacja systemu szkoleniowego z walki wręcz Sił Zbrojnych RP w środowisku cywilnym, zapoznanie kobiet ze sposobem realizacji zajęć z walki wręcz w bliskim kontakcie, nauka podstawowych technik samoobrony oraz doskonalenie opanowanych chwytów i obezwładnień z zakresu samoobrony. **Pierwsze zajęcia odbędą się już 19 listopada br.**

Szczegółowe informacje dostępne są na stronie internetowej Ministerstwa Obrony Narodowej www.mon.gov.pl w zakładce "Samoobrona kobiet".

Informacja przekazana przez Wojskową Komendę Uzupelnień w Nowym Tomyslu