

Bezpieczne mieszkania Gminy Mosina

Drugie warsztaty „Samoobrony dla mieszkańców Gminy Mosina” za nami. Dzięki współpracy z Klubem Sportowym Shotboxer z Mosiny w Gminnym Centrum Informacji zajęcia mogły odbywać się cyklicznie, raz w miesiącu, a do października z wyłączeniem okresu wakacyjnego. Instruktorzy uczą prostych i jednocześnie skutecznych technik jak obezwładnić napastnika w razie ataku oraz co zrobić żeby przede wszystkim uniknąć takiej sytuacji. Mamy nadzieję, że wiedza ta, nigdy nie będzie potrzebna, jednak w sytuacji zagrożenia mieszkańcy będą wiedzieli jak się zachować.

Dla przypomnienia 4 podstawowe zasady samoobrony:

1. Unikaj niebezpiecznych miejsc i sytuacji.
2. Gdy znajdziesz się w niebezpiecznym miejscu lub sytuacji jak najszybciej się oddal.
3. Użyj przedmiotów, które masz pod ręką do obrony, tzw. broń improwizowana.
4. Walcz! Użyj swojego ciała do obrony, w sposób maksymalny.

Bezpłatne warsztaty zostały współfinansowane z funduszu Gminy Mosina oraz Klubu Sportowego Shootboxer. Dziękujemy uczestnikom za wspólne ćwiczenia a instruktorom za poświęcony czas i przekazana wiedza. Serdecznie zapraszamy na kolejne zajęcia, które odbędą się 10 maja, w godz. 16.00-19.00. Zapisy w GCI. pod nr tel. 61 8 192 746, email: gci@mosina.pl. Na uczestników czekają miłe niespodzianki.