



BLACKWATER POLAND

Kurs samoobrony dla kobiet

Blackwater Poland firma która na co dzień organizuje szkolenia dla służb mundurowych a także imprezy o charakterze militarnym zaprasza wszystkie panie na kurs samoobrony dla kobiet, który w naszym wykonaniu jest prostym i maksymalnie skutecznym systemem, opierającym się na wzmocnieniu podstawowych odruchów obronnych kobiet. Szybki do nauczenia również dla osób, które nigdy nie ćwiczyły żadnych form walki. Proste i skuteczne szkolenie, dzięki któremu podejmiesz właściwe decyzje w stresie i sytuacjach zagrożenia.

Dzięki naszym kursom nauczysz się:

- pewności siebie i możliwości racjonalnej oceny sytuacji
- podnoszenia sprawności fizycznej i wzmocnienia psychiki
- nauczysz się wcześniej wykrywać zagrożenie i unikać go
- wypracujesz zdolność do właściwego utrzymania dystansu
- nauczysz się jak skutecznie wzywać pomoc
- nabędziesz umiejętności zaskoczenia napastnika niestandardową reakcją
- kreatywności w wykorzystywaniu do obrony przedmiotów, których na co dzień używasz
- proste i skuteczne techniki samoobrony fizycznej
- obrony przed niebezpiecznym narzędziem

Kurs Samoobrony Blackwater Poland to 10 spotkań, każde trwające 2 godziny. Z pewnością nie zabraknie praktyki jak i przygotowania teoretycznego oraz psychologicznego.

Pierwsze zajęcia gratis!

Tel. 515-689-552



Kurs zaczynamy w Rudzie Śląskiej
szczegółowe informacje na stronie firmy
www.blackwater-poland.pl