Wpisany przez Administrator
środa, 19 września 2018 13:44 - Poprawiony środa, 19 września 2018 13:52

Z upoważnienia Burmistrza Kłodawy, Sekretarz Gminy Dorota Galus informuje, że- dzięki partnerskiej współpracy Urzędu Miasta i Gminy w Kłodawie z Turkowskim Klubem Karate OYAMA, Szkołą Podstawową nr 2 w Kłodawie oraz Komisariatem Policji w Kłodawie- w dniu 3 października br. rozpocznie się kolejna edycja Kursu Samoobrony dla Kobiet. Poprzednie dwie edycje zajęć cieszyły się dużym zainteresowaniem, dlatego właśnie podjęto decyzję o organizacji w Kłodawie kolejnej edycji kursu samoobrony dla kobiet. Kurs jest prowadzony przez wykwalifikowanego instruktora samoobrony i karate- Włodzimierza Rygierta, Sensei 4 dan, reprezentującego Turkowski Klub Karate OYAMA. Oprócz omówienia podstawowych zasad bezpieczeństwa, uczestniczki nauczą się podstawowych technik samoobrony, a dzięki

nieskomplikowanym, ale efektywnym ćwiczeniom podniosą ogólną sprawność fizyczną. Kontynuacją ostatniej edycji jest także zapewnienie opieki nad dziećmi do lat 12 uczestniczek Kursu w czasie trwania zajęć. Tematyka kursu obejmuje wzbudzenie poczucia bezpieczeństwa grupy uczestniczek, ćwiczenie wybranych elementów samoobrony, kształtowanie właściwych postaw i zachowań w sytuacjach zagrożenia oraz minimalizacja strachu w stanach zagrożenia. Kobiety podczas zajęć poznają zasady panowania nad emocjami w sytuacji zagrożenia a także umiejętnego dopasowania środków obrony do rodzaju agresji. Podczas kursu uczestniczki nauczą się także stosowania prostych, a równocześnie bardzo skutecznych technik obezwładniania napastnika. Dzięki współpracy z funkcjonariuszami Komisariatu Policji w Kłodawie projekt ma również na celu zwiększenie świadomości prawnej w zakresie przemocy. Kurs będzie trwał 6 tygodni, t.j. od 3 października 2018 r. do 7 listopada 2018 r. a udział w nim jest bezpłatny. Zajęcia odbywać się będą w godzinach 18:30– 19:30 w Sali Gimnastycznej w Szkole Podstawowej nr 2 w Kłodawie. Zapisy będą trwać od dnia ogłoszenia t.j. od 19 września 2018 r. do 2 października 2018 r. do godz. 15:30. Uczestnictwo prosimy zgłaszać osobiście w Urzędzie Miasta i Gminy w Kłodawie, ul. Dąbska 17, 62-650 Kłodawa, pokój nr 16 u insp. Magdaleny Bawej lub mailowo na adres mbawej@klodawa.wlkp.pl Liczy się kolejność zgłoszeń, przewidywana maksymalna grupa uczestniczek to 35 osób. Najpóźniej przed pierwszymi zajęciami uczestniczki powinny wypełnić Karty Zgłoszeniowe. Do dnia 3 października Karty dostępne są pod w/w adresem u insp. Magdaleny Bawej.