

Экспресс-курс самообороны!



Київ, Україна

Приглашаем вас в группу экспресс - курса по самообороне! Для того чтобы защитить себя, не обязательно изучать все техники боевых искусств. Достаточно знать основы и быть готовым действовать. Пройдя курс вы научитесь: распознавать и избегать опасных ситуаций, а попав в них - правильно и уверенно действовать.

Полученные знания помогут Вам сбить с толку агрессора, освободиться от захвата, провести контратаку и обезвредить противника или выиграть время для того, чтобы убежать, сохранив свою жизнь и здоровье.

Курс обучения состоит из: ударной, бросковой и болевой техники, а также психологической подготовки.

Продолжительность курса: 8 занятий в месяц.

Место проведения: метро Золотые ворота (детальная информация уточняется с тренером)

Запись по телефону указанному в объявлении.

Price: **500 грн.**

Тип оголошення:
Послуги, пропонуую

Торг: --

Тренер Виктор

0507129813