

Informacja

Strona znajduje się w archiwum.



## BRONIŁY SIĘ PRZED ATAKIEM NAPASTNIKA - FINAŁ AKCJI "BEZPIECZNA KOBIETA"

**Lubińscy policjanci po raz dziewiąty zorganizowali bezpłatny kurs samoobrony dla kobiet. Uczestniczki przez cały marzec poznawały różne metody obezwładnienia napastnika. Kurs obejmował naukę obrony na sali sportowej, w pubie, trening na szpilkach w galerii oraz w miejskim autobusie. Akcja pn. „Bezpieczna Kobieta” została objęta patronatem przez Starostę Lubińskiego i Prezydenta Miasta Lubina.**

Po raz kolejny Komenda Powiatowa Policji w Lubinie przy współpracy Sekcji Krav Maga Be - Safe przeprowadziła bezpłatny kurs samoobrony dla kobiet pn. „Bezpieczna kobieta”. Panie w trakcie 9 spotkań dowiedziały się, jak skutecznie odeprzeć nagły atak i obezwładnić napastnika.

Do napadu może dojść w każdej chwili i w niesprzyjających warunkach, dlatego kursantki uczyły się, jak odeprzeć atak w butach na obcasach, które nie ułatwiają utrzymania równowagi, w jadącym autobusie oraz na małej przestrzeni w pubie. Panie doskonaliły umiejętności, jak szybko reagować i prawidłowo oceniać zagrożenie, bronić się adekwatnie do ataku, stosować skuteczne techniki w bliskim kontakcie z przeciwnikiem, w tym aktywowanie wrażliwych punktów na ciele człowieka.

Kolejny kurs samoobrony dla kobiet pn. „Bezpieczna Kobieta” odbył się dzięki wsparciu Starosty lubińskiego, który sfinansował zajęcia i po raz dziewiąty objął akcję patronatem. Działania patronatem zostały objęte także przez Prezydenta Miasta Lubina.

Do akcji lubińskich policjantów przyłączyły się również Regionalne Centrum Sportowe w Lubinie, Przedsiębiorstwo Komunikacji Miejskiej w Lubinie, Galeria „Cuprum Arena” i pub „Euforia”.

(KWP we Wrocławiu / mg)





Film Broniły się przed atakiem napastnika - finał akcji "Bezpieczna Kobieta"

Opis filmu: Broniły się przed atakiem napastnika - finał akcji "Bezpieczna Kobieta"

Aby obejrzeć film włącz obsługę JavaScript w swojej przeglądarce.