



Samoobrona kobiet

"SAMOOBRONA KOBIET - ZAUF AJ WOJSKU" - RUSZAJĄ ZAPISY NA BEZPŁATNE TRENINGI

Ministerstwo Obrony Narodowej wraz z Centralnym Wojskowym Centrum Rekrutacji i Dowództwem Generalnym Rodzajów Sił Zbrojnych organizuje bezpłatne szkolenia z samoobrony dla dorosłych Polek. Szkolenia z doświadczonymi żołnierzami – instruktorami odbywać się będą w wybrane soboty i niedziele wiosną i latem w parkach miejskich, na plażach, w ośrodkach sportu i rekreacji na terenie całej Polski.

Na administrowanym przez Wojskowe Centrum Rekrutacji w Łomży terenie, szkolenie odbędzie się:

27-28 maja - GRAJEWO - Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, ul. Strażacka 2, w godz. 10.00 - 13.30.

Zdjęcie lub skan wypełnionego formularza można wysłać na e-mail: wclomza@ron.mil.pl lub SMS/MMS na numery: 727 014 208, 508 598 548.

Więcej informacji wraz z FORMULARZEM ZGŁOSZENIOWYM dostępne są na stronie Wojskowego Centrum Rekrutacji w Łomży, pod adresem:

<https://wclomza.wp.mil.pl/pl/articles/6-aktualnosci/samoobrona-kobiet-zaufaj-wojsku-ruszaja-zapisy-na-bezplatne-treningi/>

BEZPŁATNE ZAJĘCIA Z WOJSKOWYMI INSTRUKTORAMI

SAMOOBRONA KOBIET

**ZAUF AJ
WOJSKU**

**ĆWICZ
W SOBOTĘ LUB W NIEDZIELĘ
OD 27 MAJA**

**WWW.MON.GOV.PL
WWW.WOJSKO-POLSKIE.PL**

W PROGRAMIE:

- TRENING PODSTAW SAMOOBRONY
- ROZMOWA O ZDROWYM ODŻYWIANIU
- ZASADY UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY
- WOJSKOWA GROCHÓWKA Z ŻOŁNIERSKIM CHLEBEM

SKOŃCZYŁAŚ 18 LAT? ZGŁOŚ SIĘ!

PRZYJDŹ SAMĄ LUB Z MAMĄ, BABCIĄ, WNUCZKĄ, ZABIERZ RODZINĘ!

Kontakt z redakcją Drukuj PDF

Dodana: 19 maj 2023 11:13

Zmodyfikowana: 19 maj 2023 12:16