

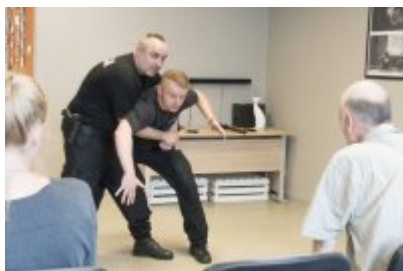
KOMENDA MIEJSKA POLICJI W JAWORZNI

<http://jaworzno.slaska.policja.gov.pl/k11/informacje/wiadomosci/233646,Dzielnicowi-ucza-mieszkancow-samoobrony.html>
2018-10-17, 08:16

DZIELNICOWI UCZĄ MIESZKAŃCÓW SAMOOBRONY

W klubie seniora odbyły się zajęcia z samoobrony zorganizowane przez jaworznickich dzielnicowych. Policjanci ćwiczyli z uczestnikami podstawowe chwytów oraz techniki obrony. Celem tego typu zajęć jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa mieszkańców, a także zaktywizowanie ruchowe. Wszyscy chętnie uczestniczyli w zajęciach.

W ostatnim czasie w Klubie Osiedlowym Podwale przy ulicy Grunwaldzkiej odbyło się spotkanie policjantów pierwszego kontaktu z mieszkańcami dzielnicy. Spotkanie miało formę warsztatów. Cel był jeden- przygotowanie ludzi na wszelkiego rodzaju zagrożenia. Podczas zebrania uczestnicy poznali podstawowe techniki obrony oraz metody wyswobodzenia się z uchwytów, oraz samoobrony przed duszeniem. Uczestnicy ćwiczyli również uderzenia i kopnięcia oraz obronę przed atakiem. W trakcie zajęć okazało się, że dopiero praktyka daje pełen obraz przekazanej na zajęciach z samoobrony wiedzy. Mieszkańcy dzielnicy zgodnie stwierdzili, że umiejętność obrony przed niespodziewanym atakiem daje komfort psychiczny. Szkolący policjant aspirant sztabowy Rafał Długosz i starszy sierżant Mateusz Ślusarczyk informowali jednak, że w sytuacji zagrożenia należy oszacować swoje siły, by nie narazić się na dodatkowe niebezpieczeństwo.



Ocena: 0/5 (0)

[Tweetnij](#)