

POLICJA KUJAWSKO-POMORSKA

<https://kujawsko-pomorska.policja.gov.pl/kb/informacje/wiadomosci/89205,Kurs-samoobrony-dla-studentow-Uniwersytetu-dla-Aktywnych-w-Ciechocinku.html>

2023-02-02, 19:16

KURS SAMOBRONY DLA STUDENTÓW UNIWERSYTETU DLA AKTYWNYCH W CIECHOCINKU

Data publikacji 10.08.2018

Aleksandrowscy policjanci po raz kolejny przeprowadzili zajęcia dla studentów Uniwersytetu dla Aktywnych w Ciechocinku. Pomimo upału uczestnicy zajęć z pełnym zaangażowaniem ćwiczyli i odpierali atak niebezpiecznego napastnika.

Wczoraj (9.08.18) policjant z Aleksandrowa przeprowadził kurs samoobrony dla studentów Uniwersytetu dla Aktywnych. Funkcjonariusz uczył jak się bronić przed atakiem napastnika. Spotkanie rozpoczął od przekazania informacji, jak unikać niebezpieczeństwa, a następnie przeszedł do zajęć praktycznych.

Uczestnicy szkolenia dowiedzieli się, jak odpiierać atak napastników, co zrobić w momencie zagrożenia i jak unikać niebezpieczeństwa. Policjant zwracał głównie uwagę na tzw. miękkie strategie samoobrony przed zagrożeniem jak pewność siebie, asertywność czy negocjacje.

Studenci byli bardzo zadowoleni z zajęć i planują już kolejne takie szkolenia.

Autor: mł. asp. Marta Błachowicz

Publikacja: Kamila Ogonowska

