



AKADEMICKIE CENTRUM EDUKACJI USTAWICZNEJ



zaprasza na

KURS SAMOBRONY DLA KOBIET

W programie m.in.:

- opanowanie przez uczestniczki szkolenia podstawowych zasad bezpiecznego funkcjonowania we współczesnym świecie,
- przyswojenie podstawowych umiejętności unikania sytuacji niebezpiecznych, technik samoobrony oraz bezpiecznego upadania,
- opanowanie umiejętności rozwiązywania sytuacji trudnych zagrażających zdrowiu i/lub życiu

Kurs prowadzą:

- **Tomasz Mazurek IV DAN TEAKWON – DO**
- **Michał Sroka I DAN AIKIDO**

Po zaliczonym kursie uczestnik **otrzymuje certyfikat ukończenia kursu.**

POCZUJ SIĘ BEZPIECZNIE!

ZAPRASZAMY !!!

TERMIN: 13.11.2014 r.-22.01.2015 r.

CENA KURSU: 200 zł/os.

(zajęcia wtorki i czwartki, godz. 18:30-20:00)

WYKAZ NIEZBEDNYCH DOKUMENTÓW:

1. Formularz zgłoszeniowy
2. Oświadczenie o stanie zdrowia
3. Dowód wpłaty za kurs 200 zł. (nr konta: Bank Zachodni WBK o/Biała Podlaska 45 1500 1331 1213 3001 7949 0000 z dopiskiem KURS SAMOOBRONY).

Komplet dokumentów można dostarczyć osobiście do pokoju 335R, bądź listownie na adres:

Państwowa Szkoła Wyższa im. Papieża Jana Pawła II

ul. Sidorska 95/97, 21-500 Biała Podlaska

z dopiskiem **AKADEMICKIE CENTRUM EDUKACJI USTAWICZNEJ.**

Szczegóły na: www.pswbp.pl,

oraz w ACEU p.335 R. , Tel. 83 344 99 53, 83 344 99 60