

## **GRUPA NOUA: AUTOAPARARE / SELF-DEFENSE**

Începând cu luna septembrie 2018, se primesc înscrieri pentru grupa de autoapărare / self-defense. Oferta se adresează celor care, fără a avea o pregătire deosebită în acest domeniu, doresc să deprindă mijloace și metode care să le crească semnificativ nivelul de securitate personală.

Cursurile cuprind elemente din artele marțiale Karate, Ju-jitsu, Judo, YamaueRyu Aikijutsu, Aikido. Abordarea este non-formală, circumstanțială.

Cursurile / antrenamentele se vor desfășura în fiecare vineri, orele 18.30-20.00, sala 5, la Clubul Sportiv Școlar "Unirea", str. George Enescu nr. 15 (peste drum de Liceul Economic, în spatele blocului de la intersecția bd. Independenței cu str. Sărărie).

Alte relații și înscrieri: la sălile și orele afișate la **“PROGRAM”**.