

סדנת קרב מגע והגנה עצמית לבנות

בסדנה נלמד להתגונן מפני התקפות שונות כגון: חניקות, איומי אונס, חביקות, תפיסות ידיים, תפיסות חולצה והגנות נגד התקפות סכין.

הסדנה משפרת את הביטחון העצמי ובמיוחד את הידיעה

שכל אחת מסוגלת להגן על עצמה.



הסדנה מיועדת לבנות מכיתה ז' ומעלה.

תאריכים: 12.7-14.7 כולל

בין השעות: 13:00-15:00

עלות הסדנה לתלמידה: 350 ש"ח

טלפון: 0505221226

מספר המקומות מוגבל

לילך ברנשטיין - בעלת תעודת מדריך קרב מגע מטעם מכון ווינגייט והאיגוד הבינלאומי לקרב מגע.