

WARSZTATY WenDo

Zapraszamy na warsztaty z samoobrony i asertywności dla Kobiet WenDo które odbędą się **15 i 16 listopada 2014 r. w lokalu Centrum Praw Kobiet na ulicy Pięknej 66a.**



WenDo nie jest sztuką walki, ale metodą przeciwdziałania przemocy wobec kobiet, która uczy zachowań asertywnych oraz technik samoobrony, które w razie zagrożenia, pozwolą kobietom w różnych sytuacjach skutecznie się bronić .

Godziny zajęć: sobota 14.00-20.00, niedziela 9.30-15.30

Jest to kurs podstawowy weekendowy łącznie 14 godzin dydaktycznych. Obejmuje samoobronę fizyczną, psychiczną i słowną. Udział w warsztatach możliwy tylko na całości zajęć, od soboty.

Nie można dołączyć do grupy drugiego dnia!

W czasie szkolenia zapewniamy napoje: wodę mineralną, kawę, herbatę, uczestniczki otrzymują materiały szkoleniowe. Prosimy przyjść w stroju wygodnym, luźnym, umożliwiającym swobodne poruszanie się. Konieczne jest obuwie sportowe (wiązane) na zmianę.

Wszystkie ewentualne pytania związane ze szkoleniem WenDo proszę kierować e-mailem na adres: liliana.otreba@cpk.org.pl.

Zapisy na szkolenie w sekretariacie Fundacji 226222517 lub mailowo : warsztaty_szkolenia@cpk.org.pl. Przy zapisie prosimy o podanie swojego numeru tel kontaktowego.

Zajęcia dla kobiet, które jeszcze nie uczestniczyły w szkoleniu i są klientkami Fundacji w ramach programu współfinansowanego ze środków Ministerstwa Sprawiedliwości.

Prowadząca: Iwona Nowicka, trenerka z wieloletnim doświadczeniem

Zajęcia są współfinansowane ze środków Ministerstwa Sprawiedliwości z Funduszu Pomocy Pokrzywdzonym oraz Pomocy Postpenitencjarnej.