



Önvédelem

Kerülni kell a veszélyes helyzeteket. Akármilyen közhelyszerűen hangzik is, ez az önvédelem legfontosabb alapelve.

Amikor viszont már nincs menekvés, igen hasznos, ha meg tudjuk védeni magunkat. A kurzus célja a legalapvetőbb fogások, mozdulatok megtanítása és gyakorlása.

Oktató: Lenkei Zsolt

Időpont: péntek 13:00-14:30

Helyszín: PTE Táncterem (Ifjúság útja 6. B épület)

A regisztrációhoz kérjük, jelentkezzen be az oldal jobb alsó sarkában lévő ikonra kattintva! Amennyiben probléma merülne fel, kérjük, frissítse az oldalt!

[REGISZTRÁCIÓ](#) [1]

Forrás webcím: <https://tancolo.pte.hu/hu/kurzus/onvedelem>

Hivatkozások

[1] https://tancolo.pte.hu/hu/onvedelem_self_defense_20182019_i