

Bezpłatne warsztaty samoobrony dla Seniorów



Samoobrona

Wraz z Wydziałem Polityki Społecznej Urzędu Miasta Rzeszowa zapraszamy na Warsztaty samoobrony dla seniorów, które odbędą się w listopadzie w wybranych domach kultury na terenie Rzeszowa.

Warsztaty odbędą się w ramach programu „Bezpieczny Senior” i poprowadzi je Podkarpacka Szkoła Krav Maga.

Udział w warsztatach jest bezpłatny, a liczba miejsc ograniczona.

Zapisy prowadzone są od poniedziałku do piątku w godzinach 13:00-17:00 pod wskazanymi poniżej numerami telefonu.

W czwartek 30.11 bezpłatne warsztaty samoobrony dla Seniorów odbędą się u nas w OKK KRAK .

Zapraszamy do wcześniejszych zapisów.(tel.518 191 764)