

# Skoczów - zakończyli szkolenie

Data publikacji: 2.09.2011 12:05

□

**Dobiegła końca sierpniowa edycja zajęć w ramach projektu „Piwnica Rozmaitości – Skoczowska Przestrzeń Młodych” zorganizowanych przez gminę Skoczów.**

Wraz letnimi wakacjami uczestnicy drugiej edycji zajęć sztuk walki w ramach projektu „Piwnica Rozmaitości – Skoczowska Przestrzeń Młodych” zakończyli szkolenie. Miejscem spotkań był Zespół Szkół nr 1 na osiedlu Górny Bór oraz Skoczowski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

Mimo wakacyjnej przerwy młodzież z gminy Skoczów w wieku od 15 do 18 lat z wielkim entuzjazmem i zapałem uczęszczała na zajęcia doskonaląc techniki samoobrony. - ***Uczestnicy doskonalili swoje umiejętności w zakresie sztuk walki. Dzięki zajęciom młodzież nie tylko wzmocniła poczucie pewności siebie, ale przede wszystkim własne poczucie bezpieczeństwa. To można uznać za największą zaletę spotkań*** – wyjaśnia prowadzący zajęcia instruktor samoobrony sztuk i sportów walki Ryszard Bochm 6 DAN Dju – Su Kung – Fu (złoty medalista Mistrzostw Świata Federacji IMAF – EUROPA) - ***Wakacyjny program obejmował między innymi. naukę technik ręcznych i nożnych, padów i przewrotów oraz obronę przed nożem, kijem, ciosami, kopnięciami i duszeniami. Program zawierał również specjalistyczny trening na profesjonalnym sprzęcie do sportów walki oraz sparingi w wersji semi-kontakt. Program opracowany został na bazie stylów Kung – Fu Ju – Jitsu oraz Karate sportowego.***

BsK