

Walka i obrona

Data publikacji: 1.02.2011 18:20

□

W miniony czwartek (27 stycznia) w nowym obiekcie sportowym SP4 w Cieszynie odbyło się kolejne szkolenie z zakresu brazylijskiego Jiu-jitsu.

Zajęcia poprowadził instruktor samoobrony i Jiu-jitsu Mariusz Wowra 5 Dan Jiu-jitsu, na co dzień nadkomisarz Komendy Policji w Rybniku oraz asystent Rafał Wygonowski 1 Dan Jiu-jitsu.

Mariusz Wowra jest przedstawicielem BJJ na terenie Polski południowej z ramienia trzykrotnego mistrza świata w brazylijskim Jiu-jitsu Roberto Atalla.

- Program szkoleniowy oparty był głównie o walkę i obronę w parterze. Instruktor zaprezentował szeroką gamę technik i kombinacji jakie charakteryzują BJJ - wyjaśnia główny organizator szkolenia instruktor Samoobrony, Ju-jitsu i Karate Ryszard Bochm- 6 Dan Dju-Su Kung-Fu Self Defence System, oraz aktualny mistrz świata w formach sztuk walki w 2010 roku Federacji IMAF Europa, a także reprezentant Polski na mistrzostwa Europy w 2011r. Federacji IBF International.

bsk