

START 06.10.2025
godz.20:00

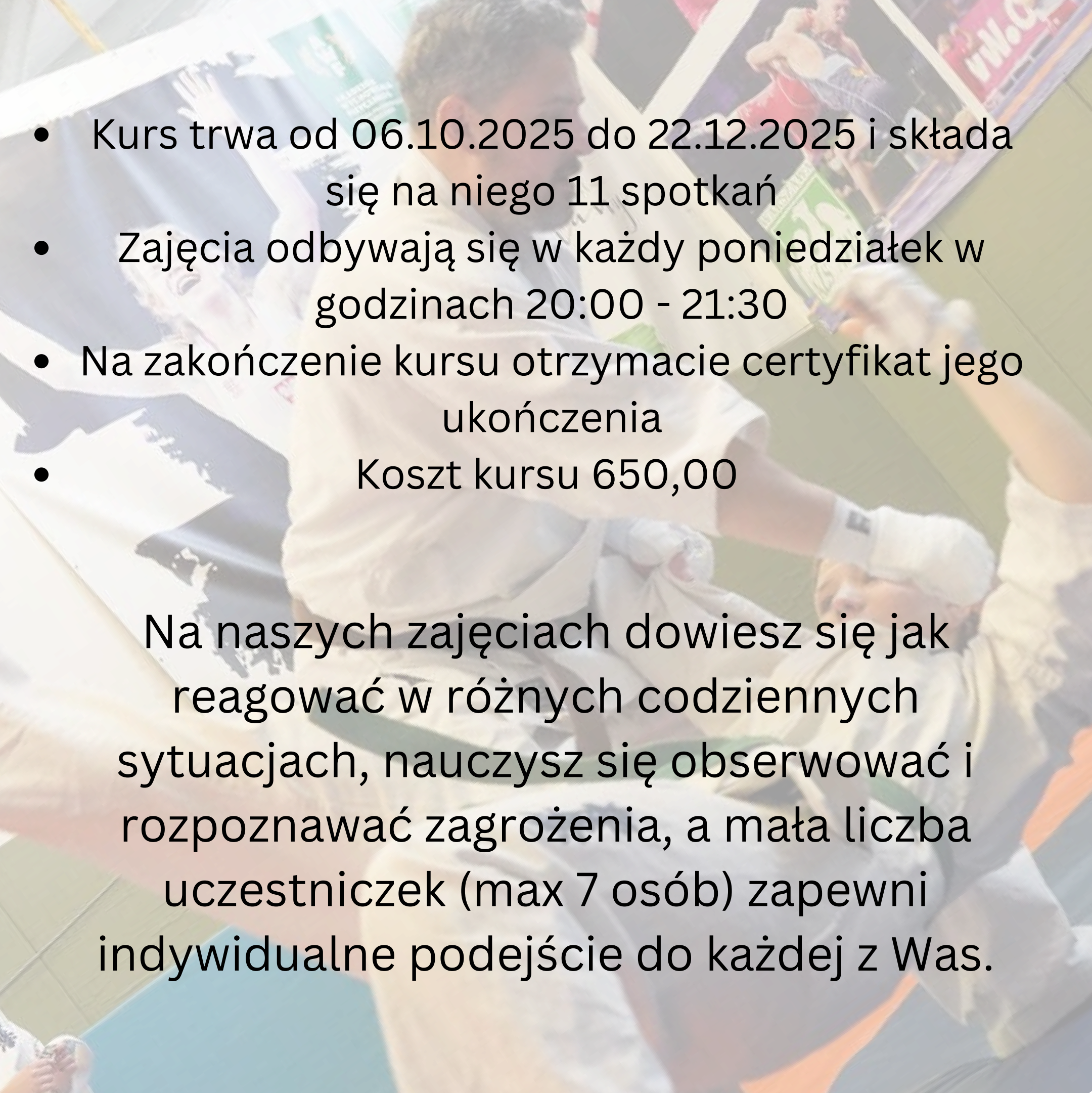


ELITARNY KURS
SAMOOBRONY DLA
KOBIET



www.zawszepodrodze.pl

tel. 513 181 101

- 
- Kurs trwa od 06.10.2025 do 22.12.2025 i składa się na niego 11 spotkań
 - Zajęcia odbywają się w każdy poniedziałek w godzinach 20:00 - 21:30
 - Na zakończenie kursu otrzymacie certyfikat jego ukończenia
 - Koszt kursu 650,00

Na naszych zajęciach dowiesz się jak reagować w różnych codziennych sytuacjach, nauczysz się obserwować i rozpoznawać zagrożenia, a mała liczba uczestniczek (max 7 osób) zapewni indywidualne podejście do każdej z Was.

Zajęcia prowadzi Leszek Król, który jest wspaniałym szkoleniowcem i człowiekiem.

Treningi karate rozpoczął w 1992 roku w sekcji AZS UW w Warszawie u legendarnego trenera karate i współtwórcy jednostki specjalnej GROM ppłk Leszka Drewniaka 7 dan oraz Andrzeja Barczewskiego 6 dan.

Równolegle z treningami karate od 1994 r zaczął swoją przygodę z boksem w Gwardii Warszawa .

Oprócz szkolenia dzieci i młodzieży w KUDO - Japanese MMA zajmuje się samoobroną i bezpieczeństwem osobistym.

Prowadzi szkolenia dla firm z sektora cywilnego jak również kursy samoobrony dla kobiet w ramach współpracy z m.st Warszawa „Bezpieczna Kobieta”.

Czarny pas w karate , instruktor kickboxingu i karate.

Przedstawiciel KUDO International Federation w Polsce.

Trener przygotowania motorycznego w sporcie , CrossFit lvl 1 .

ZAPRASZAMY do zapisów