

**САМООБОРОНА- КУРСЫ ПО САМООБОРОНЕ И САМОЗАЩИТЕ**

Санкт-Петербург, Россия

САМООБОРОНА И САМОЗАЩИТА САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

КУРСЫ ПО САМООБОРОНЕ И САМОЗАЩИТЕ

«ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ»

Продолжительность курса – 10 занятий, стоимость курса – 3000 руб. Занятия ведутся в спортивном зале , 5 мин ходьбы от ст. м. Автово. В спортивном зале есть душ, туалет, раздевалка. Занятия - 2-3 раза в неделю, продолжительностью 1-2 часа. Оплата производится перед началом тренировки (за 1 занятие 300 руб.). Спортивная форма – по желанию, без ограничений, сменная обувь обязательна. Заявку на посещение курсов оставляйте, пожалуйста, на почтовый адрес - В заявке укажите , возраст, телефон и удобное время посещения курсов. Занятия по самообороне ведет инструктор – бывший сотрудник МВД, опыт работы телохранителем более 10 лет, призер соревнований среди телохранителей 2010 года. Владеет боксом, дзюдо, рукопашным боем. Курс по самообороне и самозащите включает в себя: защиту от пистолета, защиту от ножа, защиту от палки (биты, дубинки), ударная техника, защита от ударов, освобождение от захвата, психологическая подготовка, использование подручных средств, самооборона в автомобиле.

Цена: Договорная

Тип объявления:  
Услуги, предлагаю

Торг: уместен

**Алексеев Вячеслав  
Владимирович****8-952-352-58-39****Санкт-Петербург**