

## Самооборона для женщин и девушек



Харків, Україна

Самозащита для женщин и девушек.

2 этапа подготовки:

Психологическая подготовка: теория выживания, преодоление страха, анализ ситуаций

Физическая подготовка:

Освобождение от захватов, техника нанесения ударов, самозащита в сложных условиях (лифт, подъезд, машина);

Эксплуатация и применения средств самозащиты; обезоруживание противника;

---

Price: **50 грн.**

Тип оголошення:  
Послуги, пропонуую

Торг: неуместеннеуместен

**Мелехова Дарья**

**0669085973**

**пр.Гагарина 158**