

Серию бесплатных мастер-классов по самообороне проведут на Поклонной горе

19.07.2016

Действующие чемпионы по единоборствам отработают с участниками приемы самозащиты, а также дадут рекомендации, как правильно вести себя в экстремальных ситуациях

Общественное движение «ВСпорте» и Студенческая лига ММА при поддержке комиссии Мосгордумы по физической культуре, спорту и молодежной политике являются организаторами серии бесплатных мастер-классов по самообороне в парке Победы на Поклонной горе.

– Флешмоб #янебоюсьсказать показал, как остро стоит проблема насилия в нашем обществе. На фоне этого возник естественный интерес к самообороне как к способу обезопасить себя в экстремальной ситуации. Конечно, за несколько ознакомительных тренировок невозможно подготовиться абсолютно ко всему, необходимо долго заниматься по специальным программам, чтобы адекватно реагировать и успешно применять полученные навыки. Тем не менее наши мастер-классы никому не повредят – физические нагрузки прибавят уверенности в себе, а ценные рекомендации помогут не забыть о предосторожностях, – сказал председатель комиссии Мосгордумы по физической культуре, спорту и молодежной политике Кирилл Щитов.

Ранее сообщалось, что в российском и украинском сегментах социальной сети «Фейсбук» стартовал флешмоб, направленный на борьбу с насилием и сексуальными домогательствами. Пользователи делятся опытом пережитого ими сексуального насилия, посты сопровождаются хештегом «янебоюсьсказать».

Первое занятие по самообороне состоится в воскресенье, 24 июля, в 11:00 в парке Победы, на площадке на пересечении аллеи Защитников Москвы и аллеи Ветеранов.

Жанна Набок

Адрес страницы: <http://zao.mos.ru/presscenter/news/detail/3374159.html>

[Префектура ЗАО](#)