



Magiczny  
Kraków

## Kurs samoobrony dla pań z Podgórza Duchackiego

2026-05-18

**Bezpieczeństwo nie bez powodu stało się w ostatnim czasie tematem odmiennym przez wszystkie przypadki. Troska o przygotowanie na ewentualne zagrożenia dotyczy zarówno młodszych, jak i starszych mieszkańców - zarówno mężczyzn, jak i kobiet. Dlatego Rada Dzielnicy XI Podgórze Duchackie po raz kolejny włącza się w organizację kursu samoobrony dla kobiet.**

Komisja Bezpieczeństwa i Praworządności wraz z Zarządem Dzielnicy XI Podgórze Duchackie serdecznie zapraszają panie mieszkające na terenie dzielnicy do udziału w profesjonalnym szkoleniu współorganizowanym z Centrum Kultury Podgórza – Klubem Piaskownica.

Zachęcamy do jak najszybszego dokonywania zapisów, ponieważ liczba miejsc jest ograniczona, a zainteresowanie kursem może być bardzo duże. Warto również pamiętać, że szkolenie przeznaczone jest dla osób zdecydowanych na regularny i sumienny udział w zajęciach.

Kurs odbywa się w piątki w godz. 17.00–19.30, od 15 maja do 19 czerwca.

Zapisy prowadzone są drogą mailową pod adresem [piaskownica@ckpodgorza.pl](mailto:piaskownica@ckpodgorza.pl) oraz telefonicznie pod numerem **12 652 10 10** oraz **505 244 274**.

Już teraz warto podkreślić, że Rada Dzielnicy XI Podgórze Duchackie przygotowuje kolejne działania związane z poprawą bezpieczeństwa mieszkańców. W planach znajduje się również kurs dla nastoletnich mieszkańców dzielnicy.