

dziennik  
czytelnictwo: 33123  
powierzchnia: 236 cm<sup>2</sup>  
AVE: 2120 zł



## Nie daj mu żadnych szans, studentko



Jak skutecznie obronić się przed napastnikiem? Tego uczyły się toruńskie studentki na specjalnym szkoleniu w ramach akcji „**Obronę się sama**”. Jego ambasadorem jest Robert Moskwa, aktor znany między innymi z serialu „M jak Miłość”, który jest również zapalonym karateką, medalistą mistrzostw Europy w karate (2. Dan). W zajęciach odbywających się w sali gimnastycznej Wydziału Sztuk Pięknych UMK wzięła udział ponad setka dziewczyn. Najpierw studentki poznały teoretyczne tajniki obrony, by kolejne trzy godziny stosować wiedzę w praktyce. Studentki uczyły się najprostszych reakcji, które w starciu z napastnikiem są niezwykle ważne. Ćwiczyła je również Paula Razin (na zdjęciu).

FOT.: GRZEGORZ OLKOWSKI