

## **В семейном центре на Карельском бульваре открылся клуб самообороны**

01.04.2021

***Новым направлением работы, но уже не с детьми, а с их папами и мамами, стал Клуб самообороны, который открылся в семейном центре САО. Главная миссия клуба, как рассказали организаторы — научить людей защищать своё здоровье и здоровье своих близких.***

По словам директора семейного центра САО Ирины Пономарёвой, новый проект ориентирован как на спортивную подготовку участников, так и на принятие ими психологии мирного разрешения конфликтов. А чтобы уметь грамотно ориентироваться в предлагаемых условиях и быть на высоте даже в непростых ситуациях, для этого и надо — тренировать дух и тело.

На базе карате Киокушинкай члены клуба познакомятся с приемами самообороны и пройдут курс психологической подготовки, где научатся оценивать степень угрозы в случае конфликтной ситуации и уходить от опасного «столкновения». Ведь лучший бой — тот, которого удалось избежать, — напоминает руководитель клуба Адель Аберхаев, обладатель чёрного пояса по карате Киокушинкай.

Получить более подробную информацию, а так же узнать о том, как получить членство в клубе, можно по номеру телефона: 8(495)485-1181. Адрес семейного центра САО: Карельский бульвар, 21, к.1.

---

Адрес страницы: <http://dmitrovskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/9834435.html>

---

[Управа Дмитровского района города Москвы](#)