

Komenda Główna Straży Granicznej

<https://strazgraniczna.pl/pl/aktualnosci/11531,Treningi-Taekwon-do-ze-Straza-Graniczna.html>
04.07.2024, 06:00

Strona znajduje się w archiwum.

Treningi Taekwon-do ze Strażą Graniczną

27.03.2023

Warsztaty, mające na celu przeciwdziałanie osamotnieniu, odizolowaniu i zagubieniu poprzez naukę samoobrony z elementami sztuki Taekwon-do, dla dzieci i dorosłych uchodźców wojennych z Ukrainy przeprowadzili w dniach od 22 do 24 marca funkcjonariusze z Placówki SG w Ustce i Komendy Głównej SG.

Młodych adeptów sztuki Taekwon-do z domów dziecka oraz rodzin funkcjonariuszy Państwowej Służby Granicznej Ukrainy wraz z opiekunkami, którzy podjęli wyzwanie i trenowali pod okiem doświadczonego instruktora st. chor. szt. SG Tomasza Albina, powitał Komendant Placówki SG mjr SG Sylwester Gębka.

- Zależało nam przede wszystkim na zbudowaniu wspólnoty trenujących opartej na zaufaniu, uprzejmości, współpracy oraz rozbudzeniu przekonania, że każdy może osiągnąć sukces - podkreśliła organizatorka zajęć, Doradca Komendanta Głównego SG Urszula Nowinowska.

Zajęcia umacniają m.in. rozwój psychiczny i fizyczny uczestników. Siła wytworzona w ciele w trakcie zajęć, pozwoli rozwinąć w sobie zaufanie do samego siebie (wiarę we własne siły) oraz umożliwi stawienie czoła przeciwnikowi. Najmłodsi z uwagą i zaangażowaniem wykonywali kolejne ćwiczenia uczące równowagi, odwagi, czujności i samokontroli. Sztuka Taekwon-do uczy między innymi wytrwałości, sprzyja rozładowaniu stresów i napięć, na które w szczególności narażone są obecnie dzieci i młodzież z Ukrainy.

Nagrodą za wzorowe zaangażowanie były imienne dyplomy uczestnika kursu oraz warsztaty z profesjonalnego budowania klocków Lego.

materiał filmowy, tekst oprac.: U. Nowinowska Doradca Komendanta Głównego SG (KGSG)



Treningi Taekwon-do ze Strażą
Graniczną



Treningi Taekwon-do ze Strażą
Graniczną



Treningi Taekwon-do ze Strażą
Graniczną