



14.05.2024

## **SZKOLENIA WOJSKOWE DLA KAŻDEGO W PROJEKCIE "TRENUJ Z WOJSKIEM 5"**

Otwieramy nabór i zachęcamy do udziału w 5. edycji popularnego projektu „Trenuj z wojskiem”. Od 11 maja do 13 lipca – co sobotę – w 2 wybranych jednostkach wojskowych na terenie całej Polski – zorganizujemy bezpłatne szkolenia wojskowe, które dadzą wskazówki jak czuć się bezpiecznym i jak być bezpiecznym. Tę edycję wzbogacimy wiedzą i umiejętnościami właściwego zachowania w kryzysie oraz obrony cywilnej i udzielania pomocy.

„Trenuj z wojskiem 5” to cykl sobotnich, otwartych szkoleń wojskowych dla każdego chętnego. Szkolenia poprowadzą żołnierze Wojska Polskiego w swoich jednostkach wojskowych. Przez 10 tygodni będziemy w różnych miejscach w kraju, a szkolenia będą prowadzić żołnierze różnych rodzajów naszych sił zbrojnych. Już teraz można się zapisać na ten dzień do pancerniaków, terytorialsów, spadochroniarzy, marynarzy, logistyków, ale także do akademii wojskowej, czy do wojskowego centrum szkoleniowego. Każdy znajdzie tu coś dla siebie.

Wojskowi instruktorzy zapoznają w trakcie zajęć wszystkich chętnych z podstawami: obsługi broni, zasad przetrwania, walki w bliskim kontakcie, pomocy medycznej, zachowania podczas alarmu i wielu innych. Na 8 godzinne szkolenie można się zgłosić w każdej chwili i w dowolny sposób – wystarczy imię, nazwisko, wiek i kontakt. Zapraszamy chętnych w wieku od 15 do 65 lat z polskim (tylko) obywatelstwem. Zapewniamy: szkolenie, ubezpieczenie, wyżywienie, ale też świetne wrażenia i przygodę z Wojskiem Polskim.

Harmonogram szkoleń oraz lista kontaktowa dostępne są na stronie MON oraz na stronach dowództw i jednostek wojskowych.

Zapraszamy do kontaktu i zgłoszeń. Gwarantujemy, że będzie warto i nie będzie nudno.

\*\*\*

„Trenuj z wojskiem” to podstawowe, krótkie (8-godzinne), bezpłatne, sobotnie szkolenie wojskowe. Prowadzone w jednostkach wojskowych przez wykwalifikowany personel wojskowy. To inicjatywa prospołeczna i proobronna. Plan szkolenia zakłada nabycie podstawowych umiejętności związanych z bezpieczeństwem i obronnością – posługiwanie się bronią/strzelanie na тренаżerze, przetrwanie, zachowanie podczas alarmów, walkę wręcz, rzut granatem, itd.

W poprzednich 4 edycjach oraz jednej edycji specjalnej, w naszych szkoleniach wzięło udział ponad 23 tys. Polaków. Warto podkreślić, że ponad 98% uczestników wyraża zadowolenie z uczestnictwa w szkoleniu i wskazuje, że spełniło ich oczekiwania. A 99% zamierza polecić je swoim bliskim i znajomym.

**WOJSKOWE CENTRUM REKRUTACJI W CZŁUCHOWIE**



# TRENUJ Z WOJSKIEM

5. EDYCJA

Sprawdź termin, miejsce i zgłoś się!  
[www.gov.pl/web/obrona-narodowa](http://www.gov.pl/web/obrona-narodowa)

**TRENUJ Z WOJSKIEM**

**BĄDŹ BEZPIECZNY  
REAGUJ NA ZAGROŻENIA  
PRZETRWAJ W TERENIE  
NAUCZ SIĘ POSŁUGIWANIA BRONIĄ  
RZUCAJ GRANATEM  
POZNAJ TECHNIKI WALKI WRĘCZ**

**SOBOTA, 18 MAJA**

**GDYNIA  
Babie Doły**

**7. Pomorska Brygada  
Obrony Terytorialnej**

**8.00 - 16.00**



Pliki do pobrania

[REGULAMIN](#)

[LISTA KONTAKTOWA](#)