

Sveiki, te Andris, Lūšu cilts vadītājs.

Dalīšos ar savu pieredzi, izejot cauri dzīvei un dažādām jomām (darbs, pārejas vecums, tēva loma, atkarības, u.c). Pastāstīšu par savu pieredzi saistībā ar šaujamočiem, taisīsim lokus un bultas, kā arī praktiski mācīsimies šaut! Aplūkosim arī, kā darboties ar nazi, kā padot viens otram, kā asināt, kā mest, kā izmantot, ievērojot visus drošības noteikumus. Palūkosimies kā daba ir saistīta ar cilvēka saskarsmi, ko mācīties no dabas, kā tajā uzvesties, kā līdzdarboties, attīstīties, trenēties.. Vingrosim, apgūsim pamatiemaņas, kā arī pastāstīšu no savas pieredzes kā rīkoties ekstremālās situācijās, kā pretdarboties agresijai. Palūkosimies arī uz dažiem cīņas paņēmieniem, noderīgiem elpošanas un jogas vingrinājumiem, lai apzinātu ne tikai fizisko ķermeni, bet arī prātu, lai dzīvē iegūtu vīra briedumu!

Vecums – 12 līdz 16 gadi.