

# Oficjalny portal informacyjny Gminy Kołaczyce

Adres artykułu: <https://kolaczyce.pl/artykul/87-3548-informacje-na-temat-projektu-trenuj-z-wojskiem-7>

## INFORMACJE NA TEMAT PROJEKTU "TRENUIJ Z WOJSKIEM 7"

# Trenuj z Wojskiem - 7. edycja trwa!

**Ministerstwo Obrony Narodowej i Wojsko Polskie zapraszają na kolejną edycję projektu „Trenuj z wojskiem”.**

### **Czym jest projekt „Trenuj z wojskiem”?**

„Trenuj z wojskiem” to otwarte, praktyczne i bezpłatne szkolenia wojskowe, podczas których każdy może poczuć się jak żołnierz. To jednodniowe, 8-godzinne zajęcia prowadzone w jednostkach wojskowych przez doświadczonych instruktorów. Uczestnicy uczą się podstaw wojskowego przeszkolenia, reagowania w sytuacjach zagrożenia i zasad przetrwania.

### **Kiedy i gdzie w województwie podkarpackim odbędzie się 7. edycja?**

Szkolenia będą organizowane **w cztery kolejne soboty października - od 4 do 25 października 2025 roku.**

W województwie podkarpackim a dokładnie w Rzeszowie zajęcia odbędą się **25 października w 3. Podkarpackiej Brygadzie Obrony Terytorialnej.**

### **Jak wygląda taki dzień szkoleniowy?**

To intensywne 8 godzin zajęć praktycznych, które prowadzą najlepsi instruktorzy wojskowi.

**W programie znajdują się m.in.:**

- strzelanie i rzut granatem,
- walka wręcz,
- udzielanie pierwszej pomocy w warunkach polowych,

- zasady przetrwania w terenie,
- budowa schronienia,
- reagowanie na alarmy.

Nie zabraknie też części integracyjnej oraz wojskowego poczęstunku.

### **Kto może wziąć udział w szkoleniu?**

Zapraszamy **osoby w wieku od 15 do 65 lat posiadające obywatelstwo polskie**. Nie są wymagane żadne wcześniejsze doświadczenia wojskowe ani szczególne przygotowanie fizyczne. To szkolenie dla każdego, kto chce aktywnie spędzić czas, spróbować czegoś nowego i poznać żołnierzy Wojska Polskiego.

### **Jak można się zapisać?**

Zapisy są już otwarte!

Zgłosić się można **telefonicznie, przez komunikator, SMS, e-mail lub osobiście**:

- Katarzyna Wroniak: tel. 261 156 216 / 887 401 386, adres e-mail: [3pbot.sks@ron.mil.pl](mailto:3pbot.sks@ron.mil.pl);
- por. Magdalena MAC: tel. 261 156 298 / 721 810 826, adres e-mail: [3pbot\\_oficerprasowy@ron.mil.pl](mailto:3pbot_oficerprasowy@ron.mil.pl);
- sierż. Dawid TROJAN: tel. 261 156 217 / 666488777, adres e-mail: [d.trojan@](mailto:d.trojan@).

Wystarczy podać imię, nazwisko, wiek i dane kontaktowe.

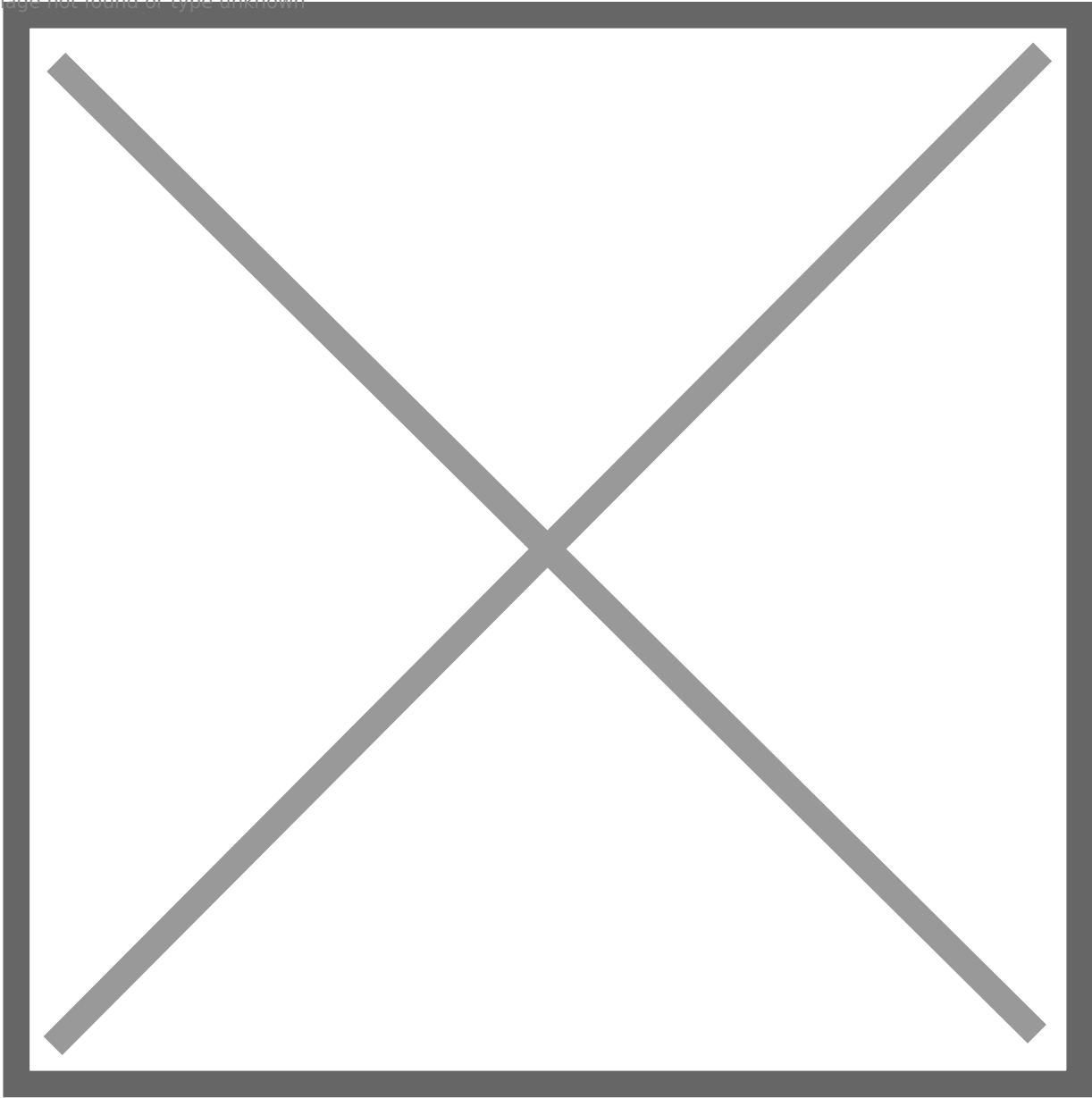
### **Co uczestnicy otrzymują w ramach szkolenia?**

Zapewnione **ubezpieczenie, wyżywienie, opiekę instruktorów**, a także niezapomnianą sobotnią przygodę z Wojskiem Polskim. To nie tylko szkolenie – to także integracja, nowe doświadczenia i świetna zabawa!

### **Dlaczego warto wziąć udział w 7. edycji?**

Bo to wyjątkowa okazja, by zobaczyć, jak wygląda wojskowy dzień szkoleniowy, nauczyć się praktycznych umiejętności przydatnych w życiu codziennym, a przy tym dobrze się bawić.

Image not found or type unknown



## Metryczka

<b>Opublikował w BIP:</b>	Natalia Maziarz
<b>Data opublikowania:</b>	15.10.2025 10:00
<b>Liczba wyświetleń:</b>	67