

“Sage NEIN!”

Workshop Selbstverteidigung für Frauen

„Selbstbehauptung findet immer statt - Selbstverteidigung geschieht in Grenzsituationen.“
Gewinnen **Sie** mehr Sicherheit.

-
- Inhalt:
- o Gefahren erkennen!
 - o Gewalt gegen Frauen vermeiden!
 - o Opferrolle nein!
 - o Wehren können!
-
- Thema: **“Selbstverteidigungskurs für Frauen“**
- Tag & Zeit: **10. November 2018**
10⁰⁰ – 13⁰⁰ Uhr (Anmeldung bitte bis 02. Nov. 2018)
- Kursort: **SANKAN Kampfkunst**
Schwarzmaierstr. 61
94481 GRAFENAU
- Gebühr: **29 €** pro Teilnehmerin
- WICHTIG: Die Gruppengröße ist begrenzt! Bitte bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen! Mindestalter: **14 Jahre**
-
- Anmeldung: Telefonisch (09928-903550), per Email (info@karate-gruber.de) oder direkt beim Lehrerteam - Bitte rasch anmelden!

Ihr



SANKAN Karate-Lehrerteam

www.sankan-karate.de