

Selbstverteidigungskurs für Mädchen



In diesem Kurs erfahren die Mädchen, wie sie Grenzüberschreitungen erkennen und Grenzen setzen.

Wir entwickeln gemeinsam ein Frühwarnsystem für heikle Situationen (Bauchgefühl). In praktischen Übungen stärken wir das Selbstbewusstsein und zeigen den Mädchen ihre eigene physische Stärke.

Weiterhin wollen wir den Mädchen wirkungsvolle und sinnvolle Selbstverteidigungsmaßnahmen beibringen.

Gedacht ist der Kurs für Mädchen zwischen 8 und 12 Jahre.

Termine: 5. und 6. August 2021 von 9 - 12 Uhr

Kursleiter: Martina Broß

Kosten: der Eigenanteil beträgt 25 € pro Kurs (bitte am 1. Kurstag abgeben)

Ort: Mittelschule Grafing, Haupteingang

Mitbringen: bequeme Kleidung, Trinken

Anmelden können Sie bis spätestens 14.07.2021 mit dem beigefügten Formular.

Die Teilnehmerzahl für alle Kurse ist auf 10 Kinder beschränkt. Die Zusagen erfolgen nach Eingang der Anmeldung.

Sie bekommen am 19.7. Bescheid, ob ihrer Tochter/ihr Sohn an dem Kurs teilnehmen kann, sowie alle weiteren Informationen.

Bitte beachten Sie, dass alle Hygienevorschriften eingehalten werden müssen und bei einem zu hohem Inzidenzwert einige Angebote nicht durchgeführt werden können.



