

...sicherer werden..



Kursangebot zur Selbstverteidigung für Jugendliche und Erwachsene

| | |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wann: | 4 Sonntage, jeweils ca. 3 Stunden |
| | 27.05.18, 11:30 – ca. 14:30 Uhr |
| | 10.06.18, 11:30 – ca. 14:30 Uhr |
| | 03.06.18, 11:30 - ca. 14:30 Uhr |
| | 17.06.18, 13:30 – ca. 16:30 Uhr |
| Wo: | 28844 Weyhe, Sporthalle der Grundschule Erichshof |
| | Siehe Wegbeschreibung auf www.aks-karate-weyhe.de |
| Für: | Jugendliche + Erwachsene, ab 16 Jahre. Vorkenntnisse in Selbstverteidigung oder Budo-Sportarten sind nicht notwendig. |
| Kosten: | 60 € (Auffrischer + Vereinsmitglieder SC Weyhe 45 €) |
| Veranstalter: | SC Weyhe 1913 e.V. |
| Ausrichter: | Tasai Dojo Weyhe (Karateabteilung SC Weyhe 1913 e.V.) |
| Trainer: | Rudolf Schwalda 3. DAN Karate, 3. Kyu Ju-Jutsu |
| | Lizensierter DKV-Trainer Selbstverteidigung |
| | Pia Wenzlaff 2. Kyu AKS |

In diesen 4 Tagen werden wir – neben der Selbstbehauptung und Prä-Eskalationsphase - verschiedene Thematiken und erste Basics der Selbstverteidigung durchgehen, um ein Verständnis für mögliche Bedrohungen und ihre erfolgreiche Bewältigung zu vermitteln. Es steht Euch sowohl Trainerin, als auch Trainer für Eure Fragen zur Verfügung. Um ein möglichst individuelles Training und Feedback zu ermöglichen, ist die Teilnehmeranzahl begrenzt. Wunschthematiken können bei rechtzeitiger Äußerung in den Trainingsplan integriert werden.

Wg. der begrenzten Teilnehmeranzahl ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

**Anmeldung, Kursleitung u. Ansprechpartner:
Rudolf Schwalda, aks-rudi@gmx.de oder 0174 / 947 9917**

**Haftungsausschluß:
Wir weisen darauf hin, dass Veranstalter,
Ausrichter und Trainer keine Haftung für
Personen- oder Sachschäden übernehmen.**

