

Selbstverteidigungskurs Mittelstufe für Jungen und Mädchen 3. - 6. Klasse

Bestimme deine Grenzen selbst!

In diesem Selbstverteidigungskurs lernst du, die Stärke deines Körpers, deiner Stimme und deiner Gedanken zu nutzen, um dich in unangenehmen oder gefährlichen Situationen effektiv zur Wehr zu setzen. Du trainierst, deine Grenzen zu spüren und findest neue Wege, wie du auch schwierige Situationen spielend leicht lösen kannst.



Organisation

Familienverein Pfungen

www.familienverein-pfungen.ch

Durchführung

Zora Heinrich

www.zora-heinrich.ch

Kursort

Schulhaus Seebel Mehrzweckhalle, Breiteackerstrasse 46c, 8422 Pfungen

Datum

11. + 12. März 2023, 10.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr

Mitbringen

Sportkleidung (Hallenschuhe oder Turntappeli) Trinkflasche, Lunch

Kosten

100.00 Fr. / Kind für Mitglieder

120.00 Fr. / Kind für Nichtmitglieder

Anmeldung

martina@familienverein-pfungen.ch

