

Fass mich nicht an!

Ziele des Selbstsicherheitstrainings:

Hintergrundwissen über
„gefährliche Situationen“ sammeln

Denkweise des Täters verstehen
und nutzen

Übermäßige Angst vor bedrohlichen
Situationen abbauen

Eigene Stärken entdecken

Wir konzentrieren uns auf
das Wesentliche:

- Effektive
Selbstverteidigungstechniken
- Keine Vorkenntnisse
erforderlich
- Für jeden leicht erlern-
und anwendbar
- Die eigene Kraft und Technik
gezielt einsetzen
- Theoretische Einführung mit
vielen wichtigen Tipps aus der
Polizei Praxis
- Umfangreicher Übungsteil mit
individueller Betreuung
durch
erfahrene Trainer des
Judo-Club Halver e.V. und
ehemaligem Polizeitrainer

Veranstaltungsort:

Gymnastikhalle des
Anne-Frank-Gymnasiums,
Kantstraße 2, 58553 Halver

Tag: Samstags

Zeit: 11.00 – 13.00 Uhr

Dauer: 8 Einheiten
á 120 Minuten

Kostenbeitrag: 80,- Euro

Beginn: Samstag 14.04.2018

Anmeldungen bei:

Sabine Blätgen

sabine.blaetgen@judo-club-halver.de

Tel.: 02353/3363

Marco Heise

mkjs.heise@t-online.de

Tel.: 02338/8745870



Postanschrift:

Judo-Club Halver e.V.

Geschäftsstelle

Am Hang 6

58553 Halver

Tel.: 02353/3363

1. Vorsitzende:

Kerstin Müller

Jägerstraße 2

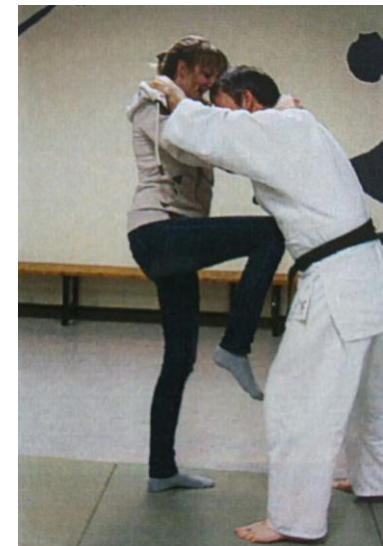
58540 Meinerzhagen

Judo-Club



Halver e.V.

Wehr Dich



Selbstbehauptungs- Selbstverteidigungskurs

Kompakt-Kurs
für Frauen ab 14 Jahren