



TSV - Info



Workshop zur Selbstverteidigung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

In der dunklen Jahreszeit ist die Angst allein unterwegs zu sein oft groß. Doch wie kann ich mich sicherer fühlen? Wie schütze ich mich gegen Übergriffe? Wie erkenne ich rechtzeitig Gefahren?

In diesem Workshop möchten wir Sie mit folgenden Punkten, optimal vorbereiten:

- Selbstverteidigung / Gewaltprävention
- Training für Mimik, Gestik & Stimme
- Koordinations- und Reaktionstraining

Kinder (5 bis 12 Jahre)

Wann: einmalig am Freitag, 16.11.2018
von 16:30 bis 18:00 Uhr

Kosten: 5,- € für Mitglieder
8,- € für Nicht-Mitglieder des Vereins

Erwachsene/Jugendliche

Wann: einmalig am Freitag, 16.11.2018
von 18:30 bis 20:00 Uhr

Kosten: 8,- € für Mitglieder
12,- € für Nicht-Mitglieder des Vereins

Wo: TSV Sporthaus
Übungsleiterin: Christin Senf (ATK-S Blumenthal)

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!
Infos und Anmeldung bei Melanie Gutzeit
(workshops@tsv-overbullenhausen.de oder 0177 / 65 12 031)