

SELBSVERTEIDIGUNSKURS FÜR FRAUEN

START: Q2/2024 (GENAUER TERMIN WIRD FRÜHZEITIG BEKANNTGEGEBEN)

WO: NEUE SPORTHALLE FC-MINTRACHING E.V.

VERANSTALTER: KARATEABTEILUNG FCM



FRAUEN SIND IN GEFAHRSITUATIONEN OFT KÖRPERLICH UNTERLEGEN UND WERDEN LEICHT IN DIE OPFERROLLE GEDRÄNGT. SIE WERDEN ZU OPFERN VON PHYSISCHER, ABER AUCH VERMEHRT PSYCHISCHER GEWALT.

ZIEL IST ES, DASS DU ALS FRAU GRENZEN SETZEN UND DIESE GEGENÜBER ANDEREN BEHAUPTEN KANNST. DIE OPFERROLLE VON FRAUEN SOLL MIT GEZIELTER SELBSTVERTEIDIGUNG DER VERGANGENHEIT ANGEHÖREN.

ES SIND 5 TRAININGSEINHEITEN Á 45 MINUTEN GEPLANT. DIE TEILNAHMEGEBÜHR BETRÄGT 50 € PRO TEILNEHMERIN UND IST BEI KURSBEGINN ZU BEZAHLEN.

DER KURS FINDET AB EINER TEILNEHMERANZAHL VON MINDESTENS 10 FRAUEN STATT.

INTERESSIERT? DANN MELDE DICH AN

✓ SELBSTVERTEIDIGUNG

✓ MEHR SELBSTVERTRAUEN

✓ MEHR SICHERHEIT

✓ SITUATIONSEINSCHÄTZUNG