

Samstag, 7.3.26



Selbstverteidigungskurs für Mädchen und Frauen

+++ Selbstverteidigungskurs +++

Dieser Kurs bietet von 14-17 Uhr viele Informationen und Tipps und Tricks zum Thema „**Selbstverteidigung mit und ohne Hilfsmittel**“.

Den Teilnehmern wird das Bewusstsein geschärft für risikobehaftete Situationen und die Erkenntnis gelehrt, dass man immer eine Entscheidung bzw. eine Chance hat. Man ist selten hilflos ausgeliefert. Meistens gibt es eine Lösung. Eine alte Weisheit sagt:

"Wer kämpft kann verlieren - wer nicht kämpft hat schon verloren!"

Referent: Hans Döring 10. DAN Ju Jitsu, Trainer TSV Feldkirchen Ju Jitsu
Christop Neep 4. DAN Ju Jitsu, Trainer TSV Feldkirchen Ju Jitsu

Ausrüstung: Lockere Sportkleidung; Trainingsanzug, Hallenschuhe, evt. Handtasche und Regenschirm

Wer: Teilnehmen kann jeder von 14-99 Jahre.

Wann/Wo: am **Samstag, 7.03.26** von **14-17 Uhr**

in der Dreifachsporthalle, Olympiastr. 3

Kosten: 10 Euro pro Teilnehmerin

Infos und Anmeldung: TSV Büro 089/903 64 60

Büro: Mo. bis Do. von 8.00 - 12.00 Uhr oder per E-Mail: office@tsvfeldkirchen.de