

ELTERN – KIND SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS



Am 19.11.2023 um 10.00-12.00 Uhr

mit Nicolas Frass - 1. Dan Karate-Do - SV-Lehrer

Für alle interessierten Eltern (Väter oder Mütter) mit deren Kinder ab 10 Jahre – keine Vorkenntnisse nötig!

Themen des Kurses:

- Übungen zur Schulung der Sinne – sehen & hören
- Selbstbewusstsein fördern & stärken für eine effektive Selbstbehauptung
- Körperbewusstsein stärken
- Kennenlernen einfacher effektiver Selbstverteidigungstechniken
- Eltern-Kind Rollenspiele – Alltagssituationen
- Unabhängig von Geschlecht, Größe oder Alter, entsprechend seinen körperlichen Gegebenheiten reagieren zu können



Gebühren: 20,00 EUR für jedes Kind mit einem Elternteil. Mitglieder bezahlen 15,00 EUR. Verbindliche Anmeldung bis 26.10.2023 an Nicolas.Frass@karatedo-unzhurst.de. Zahlung nach Bestätigung. Rückerstattung bei Ausfall des Seminars! Teilnehmerzahl begrenzt!

Bekleidung: lockere Sportbekleidung oder normale Straßenkleidung. Barfuß auf Matten.

Ort: Sport- und Festhalle Unzhurst, Anschrift für Navi: Nelkenstraße 20, 77833 Ottersweier-Unzhurst