



First Self Defence

Schnell, direkt, effektiv und leicht erlernbar

In Deutschland werden pro Tag 48 Kinder Opfer sexueller Gewalt. Diese Zahl ist beängstigend und erschreckend zugleich. Bei der Selbstverteidigung von Kindern oder der Selbstbehauptung geht es darum, sich aus einer Hilfslosigkeit oder gefährlichen Situation zu befreien. Es kommt nicht auf den sportlichen Aspekt und die körperliche Kraft an, als vielmehr auf effektive, ausgereifte Techniken die in den Alltag übertragbar sind und damit zur erfolgreichen Reduktion von Gewalt führen..

Das etwas andere Seminar für Kinder und Jugendliche mit viel Action und jeder Menge Spaß

80 € pro Schüler
für 2 Tage a 3 Stunden Seminar

Anmeldung und weitere Infos unter:
bogi.selbstverteidigung@gmail.com



Kursdetails:

- Körpersprache
- Selbstbehauptung
- Selbstverteidigung
- Eskalationsmanagement
- Deeskaltionstraining
- Einstieg Rechtslehre

Mit Zertifikat für jeden TeilnehmerIn

