

Auf die Dauer hilft nur Power !

WenDo - Selbstbehauptung /Selbstverteidigung für Mädchen zwischen 8 - 12 Jahren

... blöde Anmache auf dem Schulhof oder im Bus, Angst auf dem Nachhauseweg, komische Gefühle im Bauch oder Wut - und keine Idee, wie ich damit umgehen oder mich wehren kann?!

Hast du Lust, dich mit WenDo - einem **Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstraining**, welches speziell **von Frauen für Mädchen** und Frauen entwickelt wurde, zu

beschäftigen und **gemeinsam** mit anderen Mädchen eine **schöne Zeit** zu haben?



Der WenDo-Kurs ist für Mädchen zwischen 8 - 12 Jahren geeignet. Du kannst lernen, dich mit **einfachen und wirksamen Techniken** zu verteidigen, unangenehme Situationen besser einzuschätzen und besser zu bewältigen. Du kannst deine **eigenen Stärken** entdecken und lernen ihnen zu vertrauen. Sportlichkeit ist dabei keine Voraussetzung.

Der Kurs findet **ab dem 25.10.17 (10x)** statt.

Zeit: Mittwochs, jeweils **15.30 - 17.00 Uhr**

Termine: 25.10./1.11./8.11./15.11./29.11./6.12./13.12.17
10.1./17.1./24.1.18

Ort: Beratungsstelle **Wildwasser** Chemnitz,
Erzgebirge und Umland e.V.
Uferstraße 46

Kosten: **27,50 €***

(*für Erziehungsberechtigte mit geringem Einkommen besteht die Möglichkeit einer Ermäßigung)

Neugierig geworden?

Dann melde dich bei uns:

telefonisch: **0371 - 350534**

per mail: **beratungsstelle@wildwasser-chemnitz.de**

JA - Ich melde mich verbindlich zum WenDo-Kurs an.

Name:

Anschrift:

Tel.nr.:

Geb.datum:

Unterschrift der/des gesetzlichen VertreterIn: