

Auf die Dauer hilft nur Power !

Selbstbehauptung /Selbstverteidigung für Mädchen zwischen 10-14 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 10-14 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 08.03.2012** immer Donnerstags (10x) statt.

Zeit: jeweils 16.00 - 17.15 Uhr

Ort: LILA VILLA

Kaßbergstr. 22

Kosten: 25,-€ *

(*für Erziehungsberechtigte mit geringem Einkommen besteht die Möglichkeit, einen Sozialplatz zu beantragen)

Neugierig geworden?

Dann melde dich bis zum **01.03.2012**. bei uns:

telefonisch: **0371-350534**

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

--

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

Name:

Anschrift:

Tel.nr.:

Unterschrift der/des gesetzlichen VertreterIn:

.....