

# WenDo

## Selbstverteidigung & Selbstbehauptung



Ferienkurs für

Mädchen im Alter zwischen 13 und 16 Jahren  
am 13./14./15.08.2019

bei WILDWASSER Chemnitz, Erzgebirge und Umland e.V.  
Uferstr. 46, 09126 Chemnitz

**Auf die Dauer hilft nur Power...**

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

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?

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.

### Das Kleingedruckte!

Die Teilnehmerinnengebühr beträgt: **40,00 Euro\***

\*für Erziehungsberechtigte mit geringem Einkommen besteht die Möglichkeit, einen Sozialplatz zu beantragen.

Deine **Anmeldung** bitte bis zum **02. August 2019** abgeben.

Die Teilnehmerinnengebühr bitte auf folgendes Konto überweisen:

IBAN: DE90870500003504001096,

BIC: CHEKDE81XXX

Verwendungszweck:

„Name“.

Der Kurs findet in den Augustferien vom **13. bis 15. August 2019** bei **WILDWASSER Chemnitz, Erzgebirge und Umland e.V.**, Uferstr. 46, 09126 Chemnitz statt.

Zeit: **jeweils 10.00 - 14.30 Uhr**

**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: .....

E-mail: .....

Tel.: .....

Geburtsdatum: .....

Unterschrift der\*des gesetzlichen Vertreter\*in:

.....  
Unsere Datenschutzerklärungen finden Sie auf dem Hinweisblatt sowie auf unserer Website unter:  
<https://www.wildwasser-chemnitz.de/datenschutz.html>  
Mit Ihrer Unterschrift stimmen Sie den hier beschriebenen Vorgängen bezüglich Ihrer Daten zu.